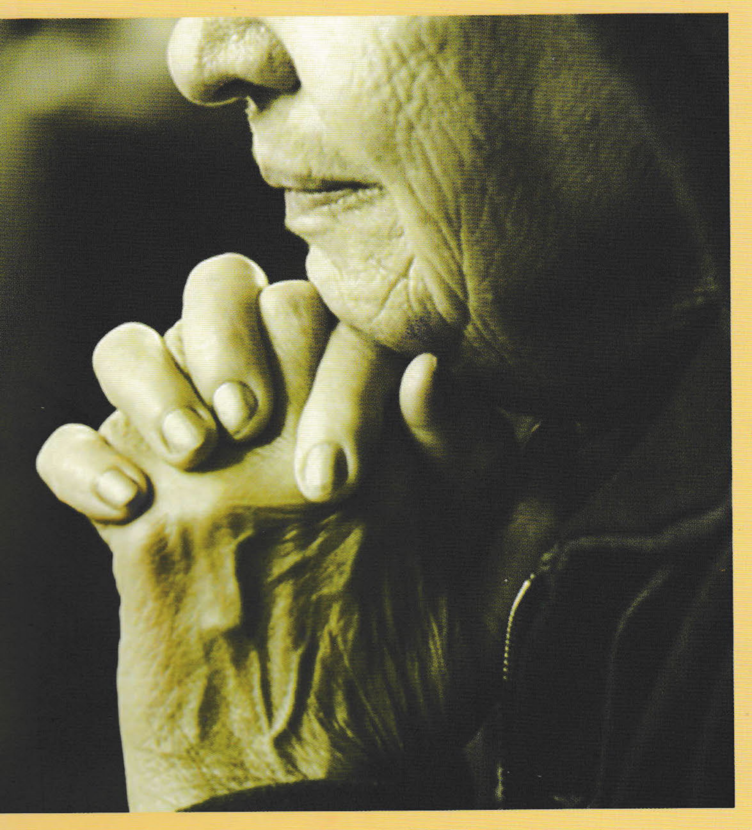




تعريب
راهب من البرية الشرقية

صلاة القلب

السر الروحي الجوهري في قلب المسيحية

Theodore and Rebecca Nottingham

سلسلة مدرسة الإسكندرية للدراسات المسيحية

صلاة القلب

السر الروحي الجوهري في قلب المسيحية

الأب ألفونس وراشيل جوتمان
Alphonse and Rachel Goettmann

الترجمة للإنجليزية

ثيئودور وريبيكا نوتينجهام
Theodore and Rebecca Nottingham

تعريب

راهب من البرية الشرقية



الكتاب: صلاة القلب

السر الروحي الجوهري في قلب المسيحية

ترجمة: راهب من البرية الشرقية

المراجعة عن النص الإنجليزي والإعداد للنشر: دينا طارق

الناشر: مدرسة الإسكندريّة

٣ شارع الفاطميين (الدور الأول) متفرع من عمر بن الخطاب – ميدان الإسماعيلية – مصر الجديدة.

ت: ٠٢٢٢٤٠٩٨٠٩ / موبايل: ٠١٢٢٨٣٣٧٧٢٢ البريد الإلكتروني: administration@asfcs.org

الموقع الإلكتروني: www.asfcs.org موقع التواصل الاجتماعي: asfcs.org

المطبعة: چي سي سنتر، القاهرة - ت ٢٦٣٣٧١٢٤

الطبعة: الأولى، يناير ٢٠١٦.

رقم الإيداع بدار الكتب المصرية: ٣١١١ / ٢٠١٦

الترقيم الدولي: 978-977-85259-4-6



قداسة البابا تواضروس الثاني

بابا الإسكندرية وبطريرك الكرازة المرقسية

فهرس المحتويات

مقدمة الناشر

إن إيقاع حياتنا المتسارع، وتعدُّد مهام يومنا، وغزارة خيوط التفكير التي تتراكم على كواهلنا مع كل لحظة، واعتياد اتّساع مساحات التواصل الأفقي مع انكماشها في العمق، وانبساط حيز المعرفة والعلم والبحث والتقدُّم الفكري مع انقباض نطاق الحسّ والتفاعل الشعوري الحقيقي بل وانقراض الافتتان، وغيرها من مظاهر نمط الحياة في قرننا هذا، كلها تتكاتف معًا لتجعل من جرْس مفردات الحياة الحقيقة وقعًا غريبًا على المسامع، وتصنع من أبجدية العلاقة الأصيلة والعميقة لغة أعجمية ميتة. هكذا، باتت الصلاة موضع تساؤل وتشكيك واتّهام بالغيبية. فما لعمق العلاقة القلبية السرائرية المتلامسة مع كل ذرّة في الكيان من مكان وسط اهتمامات إنسان اليوم.

إن كتاب "صلاة القلب" يمثل أملاً في استعادة بهجة ومجد الالتصاق باسم يسوع من جديد، إذ يقتفي الكاتب فيه آثار ذاك الاسم بين الأسطر الكتابية ووسط الصفحات الآبائية، محاولاً تحسُّس تضاريس خارطة حياة الكنيسة وتاريخ ارتباطها بصلاة يسوع. إلاَّ إنه ليس كتابًا تقليديًّا تراثيًا فحسب، بل أكثر ما يميّزه هو نغمته العصرية، إذ بموضوعيةٍ، يُفسح مكانًا في يومنا للابتهال بالاسم، وبتفصيل يقدّم خطوات عملية تنتشل القارئ المعاصر من دوامته الخاصة إلى ميناء المسيح، وتضبط إيقاع حياته من جديد على وقع أنفاسه التي تلهج باسم يسوع في وجه كل موقف، وعلى وقع دقات قلبه العاشقة للثالوث. صلاتنا أن يساعد هذا الكتاب كل شخص يتوق لأن تُلامِس أنامله أهداب المسيح، أن يستعذب الاسم العذب، ومن ثم، تعود الكنيسة كلها، كجسد واحد بالفعل، تتنفَّس سويًّا: "ياربي يسوع المسيح، ابن الله، ارحمني أنا الخاطئ".

الناشر

كلمة لمترجم الترجمة الإنجليزية

بقلم:

ثيئودور ج. نوتينجهام Theodore J. Nottingham

لقد غيَّر هذا الكتاب حياتي. فقد قدَّم لي تقليد الروحانية القديمة للإيمان المسيحي، الذي فُقِد بالكلية في الغرب في الألف سنة الأخيرة. في هذا العمل، نجد كلا من الإرشاد التاريخي والعملي لتطبيق الصلاة لحياة الفرد اليومية.

إن هذا التعليم المتضمن في هذه الصفحات أخذ يُسلَّم ما بين القرون مثل مصباح متنقّل يشق ركام الليل. ونحن ندين ببقائه للنفوس التي تجلّت بالتقوى المدهشة والتنوير، تلك التي عاشت الصلاة بشدة حتى أن تأثيرها لايزال منارة عظيمة في وقتنا الحاضر.

صلاة القلب هي مفتاح لحالة الصلاة الدائمة غير المتوقفة التي توقظ الناس لتذكر الله باستمرار. هذا الوعي الإلهي في كل لحظة هو الاستجابة للتحذير القائل: "اطلبوا أولاً ملكوت الله". ومن ثم تُعطَى الحياة بغزارة من خلال النعمة التي تبارك هؤلاء الذين يفتحون قلوبهم وعقولهم لحقيقة الله. طريقة الحياة هذه تستطيع أن تقود المسيحيين إلى عمق اللقاء الحقيقي بالمسيح الحي.

مقدمة

بقلم:

جورج أ. مالوني George A. Maloney

هوذا الله يدعو شعبه ثانيةً إلى الصحراء. وهناك، يتمنى أن يعلن نفسه بطريقة قوية واتحادية أسمى من الكلمات والصور، في لحظة فجائية بين محبٍ ومحبوبته.

مثلما كان موسى في الصحراء يرعى غنم يثرون، هؤلاء الناس يسمعون أمر الله بأن يتجردوا من أي شيء يسيطر على حياتهم، كما سمع موسى أمر الله أن يخلع حذاءه. وعندما فعل ذلك، أعطاه الله إعلانًا جديدًا عن نفسه. فقد كشف الله شخصه لموسى كنار مشتعلة وملتهمة.

كان دافِعَه الأول هو الفضول. لقد أراد أن يتقدم بقوته الذاتية لكي يدرك كنْه المظهر الخارجي لله من خلال قدراته المنطقية. ولكنه تعلّم أن أول خطوة ضرورية لقبول إعلان الله الحميمي عن نفسه هي أن يتخلَّى، أن يتجرّد ويخلع عن نفسه ثقل ذاته. وهكذا أصبح موسى نبي الله عندما تنقَّى قلبه بالكامل، إذ كان قد خلع عنه حذاءه تاركًا وراءه كل أسباب أمانه وحمايته.

ليس الله أرضًا لكي تُحتَل بقوتنا البشرية. لكنه أرض مقدسة، نقترب إليها، نحن الناس العصريين، حفاة الأقدام، كرمز لعدم جدوى قوانا الذاتية، وعلامة على نقاوة القلب.

البحث عن شكل أعمق للمسيحية

كثير من مسيحيي اليوم تعابى بسبب أنهم يحيون حياتين، ففي بعض الأحيان يحيون كبشر المسيح هو مركز حياتهم Christ-centered، وأحيانًا

أخرى يحيون كمواطنين العالم هو مركز حياتهم world-centered. يرغبون في التحرُّك إلى ما بعد مسيحيتهم السطحية، ويدعون يسوع لكي يصبح ربًا وسيدًا على حياتهم، الواعية وغير الواعية أيضًا. إنهم يأخذون نصيحة القديس بولس الرسول بجديّة: "لاَ تُشَاكِلُوا هَذَا الدَّهْرَ بَلْ تَغَيَّرُوا عَنْ شَكْلِكُمْ بِتَجْدِيدِ أَذْهَانِكُمْ" (رو١٢: ٢). لقد تعبوا من عيش مسيحيتهم بطريقة سطحية، تلك التي عندما تُخدَش قشرتها الرقيقة، تفصح عن مساحة هائلة من الظلام الداخلي، فتبات الأنانية، والتحيُّز، والاستياء مكشوفة وغير مُعَالجة.

أفضل طريقة لتنظيف سطح البحيرة ليس أن تزيل سطحها، ولكن أن تطهِّر المنبع الذي تتدفق منه القذارة في الأسفل. ففي كل واحد منا توجد خبايا دفينة في اللاوعي التي لم تلمسها حتى الآن قوة يسوع المسيح الشافية.

نمو في الشخصية الأعظم

لقد رأينا ما يجري في الكنيسة الجامعة وفي كل المجتمعات، ما دعاه تيار دي شاردن Teilhard de Chardin عملية الـ hominization، أي أن يصبح الإنسان إنسانًا بالفعل؛ تلك العملية التي ينمو فيها الجنس البشري واعيًا إلى قرية عالمية. فنكون نحن البشر حراسًا لأخوتنا وأخواتنا، في أي مكان نجدهم في هذا الكون بأكمله.

ولهذا، فإنه في الاندفاع نحو إدراك جديد وأعظم لقيمة كل شخص من البشر، نرى أننا يجب أن نتحرك نحو صلاة شخصية أعظم وأعمق. يمكننا أن نرى أن القاعدة الأساسية في هذا النوع الأكثر تأملاً للصلاة هي التكامل بين الجسد، والنفس، والروح. فإن المسيحيين الغربيين الآن يستخدمون اليوجا Yoga، والزين Zen (ممارسة لأحد المذاهب البوذية)، وغيرها من أساليب

التسامي الأخرى، خاصة الأساليب التنفسية، وتلك التي تُفَرِّغ العقل خلال عملية الاسترخاء، كتجهيزات نمطية للحياة التأملية. هذا الدفع نحو شخصنة أعظم في صلاة المرء يستطيع أيضًا أن يشرح الاكتشاف الحديث لصلاة يسوع -أو صلاة القلب- بواسطة هؤلاء المسيحيين الذين يطلبون بجدية اتصالاً شخصيًا أكثر مع الله.

قد احتفظت لنا الفيلوكاليا، وهي تجميع من القرن الثامن عشر لكتابات آباء الصحراء الأوائل الذين مارسوا صلاة يسوع، بتقليد رياضات المسيحيين الأوائل، الذين إذ سكروا بحب الله لهم، كرروا هذه الصلاة ليلاً ونهارًا: "**ياربي يسوع المسيح، ابن الله، ارحمني، أنا الخاطئ**". لهؤلاء البسطاء "أولاد ملكوت السموات"، كشف الروح جوهر حَدَث يسوع في خبرة حية.

لقد كانوا بالفعل "شعب يسوع"، أولئك الذين كان حبهم له أكثر متانة وتحمُّل من كونه مجرد هوجة حماسية عابرة. لقد كانوا هم المؤثرون والفاتنون في المرحلة المبكرة للمسيحية، الذين عندما تعمّدوا بالروح القدس، اختبروا، كما مازلنا نستطيع أن نختبر اليوم، تحقيقًا واضحًا للقوة الملازمة لاسم يسوع. إنها روح يسوع المقام الذي كشف لنا كل ما نحتاج أن نعرفه عن يسوع ربنا ومخلصنا (يو١٤: ٢٦).

قوة اسم يسوع

إن هؤلاء الرياضيين في المسيح قد عرفوا بالخبرة في صحراء قلوبهم أنه لا يوجد اسم آخر يمكننا أن نخلص به. فبعدما شفى القديس بطرس الرسول المُقعَد الذي كان أمام الباب الجميل في أورشليم، جاهر بصوت عالٍ قائلاً: "وَبِالإِيمَانِ بِاسْمِهِ - اسم يسوع - شَدَّدَ اسْمُهُ هَذَا الَّذِي تَنْظُرُونَهُ وَتَعْرِفُونَهُ

وَالإِيمَانُ الَّذِي بِوَاسِطَتِهِ أَعْطَاهُ هَذِهِ الصِّحَّةَ أَمَامَ جَمِيعِكُمْ" (أع٣: ١٦). ونحن يجب علينا أن نعمل نفس الشيء للعالم كله.

لقد كانوا شهودًا مع القديس بولس الرسول للقوة المقدسة لهذا الاسم. "لِذَلِكَ رَفَّعَهُ اللهُ أَيْضًا، وَأَعْطَاهُ اسْمًا فَوْقَ كُلِّ اسْمٍ، لِكَيْ تَجْثُوَ بِاسْمِ يَسُوعَ كُلُّ رُكْبَةٍ مِمَّنْ فِي السَّمَاءِ وَمَنْ عَلَى الأَرْضِ وَمَنْ تَحْتَ الأَرْضِ" (في٢: ٩-١٠).

صلاة القلب

الهدوئية Hesychasm هي نمط من أنماط المسيحية الشرقية الناتجة عن عيش الحياة الروحية التي تمتد أصولها إلى النسّاك الأوائل الذين هربوا إلى الصحراء القاحلة في مصر وسوريا أثناء القرن الرابع والعصور التالية. إنها نظام روحي ذو توجُّهٍ تأمليّ أساسي، ذاك الذي يجد كمال الشخص الإنساني في الاتحاد بالثالوث من خلال الصلاة المستمرة. لقد أتت الهدوئية من الكلمة اليونانية الهدوء *hesychia* والتي تعني الطمأنينة أو السلام. الهدوء هو تلك الحالة التي يقوم فيها المسيحي/ المسيحية، من خلال النعمة والنسك الشديد، بإعادة صياغة تكامل كيانه/ كيانها الشخصي من جديد ليصير شخصًا واحدًا يضع نفسه بالكامل تحت التأثير المباشر للثالوث الساكن في هذا الشخص.

إنها تتشبث بطريق كامل للحياة في المسيح بالسعي نحو الاستسلام التام والمحب للثالوث الساكن داخل الشخص، وذلك من خلال انضباط بالغ وعنيف للجسد والنفس والروح، الذي يلخّصه الإنجيل في التعبير "نقاوة القلب". والقلب، في اللغة الكتابية، يعني "مركز حياة الإنسان"، كل ما يمسّنا في عمق أشخاصنا؛ كل الميول، وكل الشغف، وكل الرغبات، وكل المعرفة، وكل الأفكار. إن "قلبنا" هو المكان الذي فيه نتقابل مع الله في الصلاة في علاقة

خاصة، مفرداتها: أنا وأنت. القلب، وليس العقل، يعتبر في هذه الروحانية للشرق المسيحي، مركز كياننا، الذي يوجّهنا إلى ذروة قِيَمنا واختياراتنا. إنه الغرفة الداخلية السرية، حيث يرانا الآب السماوي من خلالها بكل معنى الكلمة. إنه المكان الذي نحوز فيه على الأمانة، والاتضاع، والتكامل، ونقاوة القلب.

صياغة جديدة لروحانية القلب

روحانية القلب هذه، التي في جوهر صلاة يسوع، قد صيغت من قِبَل الكُتَّاب المسيحيين الشرقيين السابقين بلغةٍ نَمَت في صحراء الرهبنة. فمصطلحاتها، ومفاهيمها، وقبل كل شيء، تطبيقاتها، عادة ما كانت عائقًا ثقيلاً للمسيحيين العصريين أن يجدوا فيها ما هو أكثر صلة بحياتهم الروحية. فالمسيحيين العصريين يحتاجون إلى تفسير جلي لروحانية القلب يتحدث إليهم بطرق عملية ذات معنى.

الأب ألفونس جوتمان، وهو كاهن أرثوذكسي فرنسي، وبمعاونة زوجته راشيل، يقدّم في هذا الكتاب عملاً رائعًا. فهو ليس فقط مُتمكِّنًا جدًا في تاريخ روحانية صلاة القلب وكتّابها القدامى، ولكنه أيضًا، كما يتضح من كتابته، هو نفسه متعمق شخصيًا في عيش هذه الروحانية. فهو وزوجته يشاركان بحياتهما في صلاة القلب مع الحُجّاج المسيحيين من كل أنحاء العالم الذين أتوا لزيارة ولعيش هذه الروحانية المسيحية القديمة في خلوة في بيت عنيا، في جماعتهم الأرثوذكسية بالقرب من ميتز Metz في جنوب فرنسا.

هذا الكتاب، صلاة القلب، هو نتاج سني حياتهما وتعليمهما للآخرين عن هذا الشكل من صلاة المسيحيين الشرقيين من خلال عمق روحانياتهما

الغزيرة. ويعرض المؤلفون المشاركون فصولاً تتعامل مع قوة اسم يسوع كما هي موجودة في العهدين القديم والجديد، ومع تاريخ مختصر عن كيف تطورت صلاة يسوع بين الآباء الشرقيين، بعدها فصولاً اختبارية وعملية جدًا عن ممارسة الصلاة كطريقة حياة. إنه تحدّ للقارئ أن يتبع هذا المسار من التغيير والنسك باستمرار. وفي الفصل الختامي يعرض تفسيرًا تأمليًا عن الصيغة التقليدية لصلاة يسوع متضمن نتائجها العميقة.

إن أي قارئ جائع لمناداة الاسم ولاختبار حضور الرب يسوع المسيح المقام سيُكافأ بغنى. فهذا الكتاب هو أكثر من مجرد عرضًا تاريخيًا آخر عن كيف كان الرهبان القدامى، الذين يحيون في الصحراء، قد طوّروا حياتهم بحسب الأناجيل وكيف صلّوا صلاة يسوع. إنه أكثر من أن يكون مجموعة من التدريبات النفسجسمية، أو كتيب إرشادات يُعلِّم كيف يمكنك أن تتصل بالثالوث بواسطة مناداة يسوع بهذه الطريقة. إنما هو حكمة هذين الشخصين اللذين يعيشان روحانية صلاة القلب في القرن العشرين، وبتواضع، ولكن بإحساس شعري ناري في قلبيهما، يشاركان في كنوز المسيحيين الشرقيين القدامى بطريقة ستتحدث بقوة وبطريقة عملية للعصريين في الشرق والغرب.

إلى قارئ هذا العمل، أمنياتي وصلواتي أن يصبح نَفَسك ونبض قلبك واحدًا مع اسم يسوع المسيح وحضوره وعندئذٍ ستكون قادرًا أن تحيا بوعي في حبه، وتصير أنت حبه لكل من تقابلهم وتخدمهم. ليت هذا الكتاب يرشدك كيف تتعلم من إقامة الثالوث داخلك أن تصلي بلا انقطاع (١تس٥: ١٧).

مدخل

بقلم:
الأب ألفونس وراشيل جوتمان
بيت عنيا، جورز، فرنسا
Fr. Alphonse and Rachel Goettmann
Bethanie in Gorze, France

نحن جرؤنا أن نكتب كتابًا عن صلاة يسوع لأننا متأكدين أنه سيصبح أحد أكثر المفاتيح الهامة لإعادة اكتشاف الومضة الأولى للمسيحية المبكرة. هذا الجهد ليس هو عودة إلى الماضي، ولكنه مدخل إلى الخلق المستمر لـ"حضورٍ" لم يتركنا مطلقًا. تخترق صلاة يسوع كل شيء، محررة إيانا من أي ثقافات تطبع بها الإنجيل، وتعيد خلق أساس الوحدة لكل المسيحيين وتقدمهم إلى المرساة الوحيدة الممكنة للوحدة الحقيقية. تشفي صلاة يسوع تغرُّب وكَرْب البشرية، واضعة اعتمادها على الله وحده، إذ تستبدل الذات الضئيلة لنفرد بالحياة الإلهية، وتحل محل ميوله التي يضطر الإنسان أن يدافع عنها. "أحيا لا أنا بل المسيح يحيا فيّ" (غل٢: ٢٠). وهنا يستمر التجسد ويكتمل. نَبَت هذا الكتاب من خلال حياة مُعاشة وليس مجرد نظريات. فصلاة يسوع كانت الأساس لحياتنا لأكثر من أربعين عامًا، ولكننا لم نأخذ مسارًا توحُّديًا. فهذا العمل هو ثمرة عشرين سنة من المشاركة مع مئات من الأشخاص خلال الخلوات والجلسات في بيت عنيا "موضع الميلاد الجديد"، المكان الذي أسّسناه على قاعدة الصلاة. قد نشأ مجتمعًا هناك يسعى نحو نشاط ديناميكية الجماعات المسيحية الأولى المشهود لها في أعمال آبائنا الرسل الذين "كانوا يحيون باسم يسوع". صلاة يسوع هي طريقة حياة، تجعل منا تلاميذ حقيقيين للمسيح. إنها منارة لشعب الله، تقودهم نحو أرض الموعد.

الفصل الأول

قوة الاسم في العهدين القديم والجديد

كُلَّ مَنْ يَدْعُو بِـاسْمِ الرَّبِّ يَنْجُو

يوئيل ٢: ٣٢

لم يرى أحد الله مطلقًا، ولا عرف أحد ما هو اسمه - الله غير مُسَمَّى وغير موصوف. ولكن خالقنا أبدع موضعًا فينا للِقاءٍ حميمي، حيث يمكننا دائمًا أن نتقابل مع الله ونسمع صوته. هذه الأرض المقدسة هي قلب الإنسان، وفي كل مرة ننزل إليها لإكرام الله في بيته، فإن هذا اللقاء يدعى صلاة. ولهذا وُجِدَت صلاة القلب منذ فجر البشرية. ليس هناك وجودًا حقيقيًا إلا بعدما نكتشف هذا المكان حيث نولد إلى الأبد في الحياة الإلهية. الله يدعونا لنحيا داخل قلوبنا، ومن ينصت فقط يصير إنسانًا كاملاً. هذه هي مهمتنا.

لهذا السبب تتكرر أصداء دعوة الله لنا من أول الكتاب المقدس إلى آخره: "شِمَع إسرائيل!" "Shema Israel!" هذه الدعوة تشمل كل حياتنا الروحية. كلمة "شِمَع Shema" تعني "اسمع!" من الجذر shem الذي يُتَرجَم "الاسم". أن تستمع إلى اسم الله في أعماق قلبك هو أن تولَد من جديد، أن تتقبل البذرة الإلهية التي تجعلنا نكتشف اسمنا الحقيقي، أي الشخص المختفي داخل أعماقنا. لقد عاش البشر الأُوَل، آدم وحواء، في علاقة حميمة مع الله، وكانوا يسمعون منه "فمًا لفم" حيث تخلل أنفاسهم بعضهم البعض كما يقول النص العبري. ولكنهما رفضا سريعًا أن يستمعا، والتمزق لم يتأخر في مجيئه. ومن هذا الكسر، حدثت جريمة قايين في الجيل الثاني.

وبدلاً من أن نبحث عن اسم الله داخل أنفسنا، فإننا منذ ذلك الوقت نطلب اسمًا آخر، ولهذا فقدنا محورنا الداخلي. دون تمركز، بعثر قايين نفسه في بناء ثقافات وحضارات بدون الله. هذه هي حالة البشرية "المطرودة من عدن"، ويمكن أن نقول: مطرودين من أنفسنا وفاقدين لهويتنا. وكان رد الله تجاه هذا الجموح هو أنه بقى على العهد من خلال إعطاء ابنًا ثالثًا لآدم وحواء الذي هو شيث. وفُتح خطٌّ جديدٌ بولادة أنوش، الذي يدعوه الكتاب المقدس أول من "ابتدئ يدعى باسم الرب" بعد السقوط (تك٤: ٢٦).

بالفعل، إن مسار العودة ممكن، ويمكننا أن نصبح أناسًا حقيقيين من خلال هذا الدعاء الذي هو امتلاؤنا اللانهائي. "أخنوخ" يعني "رجل"! وفي الحقيقة، تبدأ السلالة السامية بسام Shem الابن الأكبر لنوح – اسم Shem يعني حاملي الاسم bearers of the name- ومع هذه الذرية وُلِد أيضًا التقليد البعيد لصلاة يسوع، تلك الصلاة التي يحمل تلاميذها بدورهم "ٱسْمُ أَبِيهِ (الاسم) مَكْتُوبًا عَلَى جِبَاهِهِمْ" (رؤ١٤: ١). هذا الخط من حاملي الاسم، من التكوين وإلى الرؤيا، لم ينقطع أبدًا، ولهذا دُعِي المسيحيون أن يكونوا الساميين الجدد.

وبالنسبة للعبرانيين القدامى، يشمل الاسم، the shem، الطبيعة السرية لكل كيان موجود، وانبثاقها، وحضورها النشط والغامض؛ نشط لأنه من خلال اسمه يبرهن الكيان على وجوده، وغامض لأن الاسم يكشف الشخص. فمعرفة شخص ما من خلال اسمه أو اسمها يعني أن تعرفهم إلى الجوهر، في ذاك الموضع حيث يكون هو أو هي فريدًا. ففي فكر الشخص السامي القديم، أن من يعلن عن اسمه يسمح بإمكانية الوصول إلى كيانه السامي الأكثر خفاءًا داخله. ولكن من خلال إعطاء نفسه للآخرين، فهو أيضًا يصبح ضعيفًا غير محصّن.

وكل الديانات القديمة عرفت هذا السر، وعرفت أن عن طريق استدعاء اسم آلهتهم، كان يصير لديهم أداة معرفة وقوة جديدة مدهشة، ولهذا السبب كان الدعاء هو مركز العبادة وأساس سلوك التديُّن، وغالبًا إلى درجة السحر.

عندما سأل كل من يعقوب (تك٣٢: ٢٩)، ومنوح (قض١٣: ١٧)، وموسى (خر٣: ٩-١٥) الله عن اسمه، كان غرضهم بالضبط هو الدخول في علاقة إلهية حميمة وأُلفة مع الله من خلال كشف السر بواسطة الاسم، حتى يسهل لهم أن يتبعوه. لقد كان الشعب الإسرائيلي ليتبع موسى وسط أخطار الصحراء إلى أرض الموعد فقط لأنه كان حامل هذا الاسم الذي كلّفه بإرساليته. بالفعل، "جَمِيعَ الشُّعُوبِ يَسْلُكُونَ كُلُّ وَاحِدٍ بِاسْمِ إِلهِهِ" (ميخا ٤: ٥).

إن استعلان الاسم المقدس لموسى على جبل حوريب يحمل في طيّاته ميزة مزدوجة. الأولى هي الـ"أنا هو"، والتي تَقَبَّلها موسى وسُمعت منه في قلب خبرة النار المشتعلة؛ في العليقة. فقد قدَّم الله لنا ذاته في اسمٍ وفي فعلِ تسميته لنفسه.. فأن تعي الاسم لهو اختبار ثيؤفاني (الثيؤفانيا هو تجلي الله أو الظهور الإلهي) يثير الخوف والارتعاد أمام القداسة، تلك الهوة التي نشأت من خلال التسامي المطلق.

ولكن يهوه أعلن عن نفسه أيضًا بنفس الاسم عندما قال "أنا أكون معك" (خر٣: ١٢). فهو الآخر برمته the wholly other، هو ما وراء كل الأشياء، هو الاستقلال المتعذر بلوغه، هو الحرية السائدة، هو الوجود نفسه. وهو أيضًا الجوهر المتوهّج لكل شيء، الخالق في قلب الخليقة، هو حاضر في كل خيوط التاريخ التي كان هو فيها الغموض الفاعل، هو الذي يكشف اسمه كلما نكتشف نحن الأعماق خلال حوار مستمر معه في الحياة اليومية.

هذا الإيمان في قوة اسم الله، والذي يُرَى في كافة أجيال الكتاب المقدس، هو

أساسي في التاريخ المقدس، في التاريخ الشخصي لخلاصنا، بالإضافة إلى تاريخ البشرية عمومًا. فهو دائمًا موجود، بوعي أو بدون، أنه الستار الخلفي لكل الأحداث والمواقف التي مر بها الشعب العبراني، لكل ما قيل علنًا من أفواه ملوك، ولكل ما هُمس به سرًا بين تائهي البراري تحت خيامهم، ولكل ما لم يُقَل، و حتى في أعماق الصمت، كان هذا الإيمان نفسه هو معناه المطلق. حقيقة هذا الإيمان هو اختبار، لأنه يعتمد لا على وعد الرب فقط ولكن بشكل خاص على تحقيقه، من خلال إسحق (تك٢٦: ٣-٥) ويعقوب (تك٢٨: ١٥، ٣١: ٣-٥)، وموسى (خر٣: ١٢، ٤: ١٢)، وجدعون (قض٦: ١٦)، وداود (٢صم٧: ٩)، وكل هذا الطريق إلى السبي (إش٤٣: ٥).

هذه الأحداث العظيمة تميز ماضي إسرائيل وتخصب حاضره. فاليهودي التقي المغروس في روحه هذا "الوعي" يعرف كيف يقرأ من لحظة لأخرى استعلان الاسم المقدس وراء الظواهر العادية جدًا. فهو يبارك كل شيء، لأن كل شيء هو العليقة المشتعلة. وتتجه حياته نحو أن تكون تسبيحة. تزهر مستيكيته في مواقف الـ"بالرغم من" و"بغض النظر" على أساس هذا الإيمان الراسخ. حتى إذا أشارت كل الأشياء إلى النقيض، في وسط أسوأ العواصف تمامًا، حيث تفقد الأحداث كل معنى، فهو يظل يميز الـ"أنا معك"، فتكون استجابته فقط هي: "بالرغم من كل هذا، أحبك". تمشيًا بين التجارب التي أحيانًا تقود إلى الاستشهاد، مثل هذا شخص يتماسك بشدة "كأنه يرى من لا يُرى" (عب١١: ٢٣-٢٦).

في هذه التبادلية المستمرة، تأسس العهد في طيّات القلب حيث يُختبر الاستعلان التصاعدي للاسم. والعهد الذي يعرضه الله أبديًا على البشرية هو ركيزة الظهور الإلهي للاسم. فالله يتودّد إلينا، ويبحث عنا، ويجتذبنا لنفسه. إنه

يتهجَى اسمه لنا، ويضعه على لسان موسى وفي قلبه، ويأمل أن ينطقه كل الشعب ويكرره يوميًا، مثل خطيبة تتطلع ليوم زفافها : "يهوه، يهوه، إله الرأفة..." (خر٣٤: ٦). ويجيب الله: "أُجِيزُ كُلَّ جُودَتِي قُدَّامَكَ. وَأُنَادِي بِاسْمِ الرَّبِّ قُدَّامَكَ... هُوَذَا عِنْدِي مَكَانٌ" (خر٣٣: ١٨-٢٣).

كل المحبين يميزون أنفسهم في هذه العلاقة. كما قال القديس أغسطينوس: "أعطني قلبًا يحب، وقتها سيتمكن هذا الشخص من أن يفهم". لا يجب أن نُفَاجأ بأنه، في مثل هذه العلاقة، الله يُظْهِر نفسه بأنه "غيور جدًا" تجاه كل الآلهة الزائفة التي يتعبدها البشر! (خر٣٤: ١٠-١٦). هذه هي غيرة المحبة التي يراقب بها الله شعبه. فيهوه سيلقي بهم في التجارب حتى يعودون إلى تَذَكُّر اسمه القدوس.

فهكذا، إن المعرفة والمحبة متزوّجان بحميمية من بداية أيام الإعلان الكتابي حتى نهاية الزمان : "كُلُّ مَنْ يُحِبُّ فَقَدْ وُلِدَ مِنَ اللهِ وَيَعْرِفُ اللهَ" (١يو٤: ٧). المحبة هنا ليست لعبة انفعالية بحسب طريقتنا البشرية، ولكنها دائمًا تطوُّع لإبرام عهد به ثلاثة خصائص: معرفة الاسم، وظهوره التاريخي من خلال تحقيق وعدًا بدأه الله، ووصية تضعنا على طريقنا نحو الله.

تحت هذه الظروف الخاصة والهامة، يعلن اسم الله نفسه في كل مراحل الاستعلان. ففي عهده مع نوح (تك٩: ١-١٧)، يعلن الله عن نفسه تحت اسم إلوهيم، ووعده بأرض خصبة وسيادة على ما هو موجود، وأمره ألا يقتل. وفي العهد مع إبراهيم (تك١٧)، أعطى الله نفسه اسم إيل شدّاي (الذي من الجبل the One of the Mountain)، ووعده بتعداد لا يُحصَى لنسله بالإضافة إلى أرض كنعان. و الوصية هنا هي الختان حيث يصبح الجسد نفسه موضع العهد. وأخيرًا، في العهد مع موسى (خر١٩ وما بعده)، يعلن الله اسم يهوه، ويعده بأرض

كنعان وأن يكون هو "الإله" "لشعبه" (خر٦: ٧)، وطلب منهم طاعة الناموس، داخليًا، مقدمًا لنا اختبار الحضور الإلهي.

في هذه المرحلة، الاسم الإلهي هو، بالنسبة لليهودي، عبارة عن دعوة إلى حوار حميمي في اختبار الصلاة وجهًا لوجه (خر٣: ٩-١٥) ودعوة إلى المتطلبات الأسمى للقداسة (خر٦: ٢-٩). نفس هذا الاسم يشمل أيضًا التعهُّدات السياسية لكل الأمة التي ستُذكِّر إلى ما لا نهاية بكل ما فعله يهوه لإسرائيل (خر٣٣: ١٢-٣٤). ودائمًا، سواء في أُلفة قلبه، أو في معاركه الكثيرة، يعتمد اليهودي على الاسم الذي يعني بالنسبة له الشدة، وقوة السيادة، والنجاة من الشر، وأحيانًا العقاب. يهوه نفسه يشير باستمرار إلى عظمة اسمه: "أُنْظُرُوا الآنَ! أَنَا أَنَا هُوَ وَلَيْسَ إِلهٌ مَعِي. أَنَا أُمِيتُ وَأُحْيِي. سَحَقْتُ، وَإِنِّي أَشْفِي" (تث٣٢: ٣٩-٤٠). وهو يلتمس استجابتنا الإيمانية: "الإِلهُ الْعَظِيمُ الْجَبَّارُ، رَبُّ الْجُنُودِ اسْمُهُ. عَظِيمٌ فِي الْمَشُورَةِ، وَقَادِرٌ فِي الْعَمَلِ، الَّذِي عَيْنَاكَ مَفْتُوحَتَانِ عَلَى كُلِّ طُرُقِ بَنِي آدَمَ لِتُعْطِيَ كُلَّ وَاحِدٍ حَسَبَ طُرُقِهِ، وَحَسَبَ ثَمَرِ أَعْمَالِهِ." (إر٣٢: ١٨-١٩). ويلتمس أيضًا متدننا: "حَيٌّ هُوَ الرَّبُّ الَّذِي فَدَى نَفْسِي مِنْ كُلِّ ضِيق" (٢صم٤: ٩).

يحتوي الاسم القدوس على كل طرق الله وعلى كل إيمان إسرائيل. فأمام هذا الاسم "تجثو كل ركبة"، كما كُتِب في النبوة فوق الطبيعية لإشعياء النبي (إش٤٥: ٢٣)، وكما تحمل التسبحة إلى أهل فيلبي إلى اسم يسوع. ولكي يقدسوا هذا الاسم، فإن إسرائيل سيقدم حياته إلى الله خلال وفاء بطولي الذي غالبًا ما ينتهي بالاستشهاد (في٢: ١٠)، والذي أيضًا سيكون السلوك الرئيسي للتلاميذ من الأيام الأولي لميلاد المسيحية: "رَجُلَيْنِ قَدْ بَذَلَا نَفْسَيْهِمَا لِأَجْلِ ٱسْمِ رَبِّنَا يَسُوعَ ٱلْمَسِيحِ" (أع١٥: ٢٦) وأيضًا "مُسْتَعِدٌّ لَيْسَ أَنْ أُرْبَطَ فَقَطْ، بَلْ أَنْ أَمُوتَ أَيْضًا فِي أُورُشَلِيمَ لِأَجْلِ ٱسْمِ ٱلرَّبِّ يَسُوعَ" (أع٢١: ١٣). وفي هذا، هم لا يفعلون

شيئًا آخر غير الذي فعله المسيح نفسه بإعطاء حياته على الصليب "ليمجد اسم الآب". "إِنْ كَانَ أَحَدٌ يَخْدِمُنِي فَلْيَتْبَعْنِي" (يو١٢: ٢٦).

إن هؤلاء فقط الذين "لِيَخْدِمُوهُ وَلِيُحِبُّوا ٱسْمَ ٱلرَّبِّ" حتى الموت (إش٥٦: ٦) هم الذين سيعرفونه في هذه التبادلية الحميمية الخاصة بالعشّاق: "أَخْطُبُكِ لِنَفْسِي إِلَى الأَبَدِ... وَأَخْطُبُكِ لِنَفْسِي بِالْعَدْلِ وَالْحَقِّ وَالإِحْسَانِ وَالْمَرَاحِمِ. أَخْطُبُكِ لِنَفْسِي بِالأَمَانَةِ فَتَعْرِفِينَ الرَّبَّ... وأقول: أَنْتَ شَعْبِي، وَهُوَ يَقُولُ: أَنْتَ إِلهِي" (هو٢: ١٨-٢٣). ولكن هذه العلاقة الحميمية في أعماق قلب كل شخص تشعّ على كل الشعوب الذين سيصيرون هم أيضًا شعبًا مقدسًا، "حاملو اسم يهوه" (تث٢٨: ١٠)، خاصته، المؤتَمَنين على مجده، والذين يسبحون الاسم كل أيام حياتهم (مز٣٤: ١-٥). هذا هو فقط طموح قديسي يهوه.

نحن نحمل هذه المراحل العظيمة التي في الرحلة الكتابية نحو العرس السري في ذاكرة خلايانا الموروثة من آبائنا الأوائل. وكل واحد منا يعيشها ثانية أيضًا في نمونا الروحي، كما لو كانت عهدنا القديم الشخصي الخاص بنا مرورًا بمراحله وإلى الاستعلان الكامل للعهد التام والأخير، عندما يكشف الاسم وجهه في يسوع المسيح، مع الوعد أننا سنصبح أيضًا مكان لسكنى الله. وهو أيضًا، بدوره، سيكون مكان لسكنانا إذا تَكَمَّلَت وصية المحبة.

ولهذا فإن الكتاب المقدس يصف مسار رحلتنا الخاصة لاكتشاف ومعرفة الاسم الذي دائمًا ما يترجم جوهر إيماننا، مشيرًا إلى الله الذي نؤمن به وكيف نؤمن به. نوح وإبراهيم وموسى هم نماذجنا المبدئية، وخطوات سُلَّمنا الداخلي التي يجب علينا أن نصعدها. هؤلاء هم دليلنا في مسارنا الشخصي، وازنين تقدُّمنا، ومقدّمين إلينا الاتجاه الصحيح. وبدون أي غرور، يجب علينا أن نكون قادرين على وضع اسمنا في مكان كل هذه النماذج الكتابية. حينئذ

سيتحذ النص فجأة ألوانًا مدهشة، وسيكون الاستعلان لنا اليوم شخصيًا جدًا ومباشرًا جدًا. والروح بداخلنا يقودنا لأن نفهم إلى أي مدى يبعُد التقليد عن أن يكون حرفًا ميتًا من ماضٍ جامدٍ غامضٍ محفوظٍ للأبد، ولكنه حقيقة حيّة الآن تُرسي نفسها فينا.

إنها دائمًا نفس الأبدية في قلب الوقت المارّ، ودائمًا نفس الحضور تحت أوجه مختلفة، ودائمًا نفس الاستعلان الذي يعطي معنى للأحداث التاريخية المختلفة. إنه هذا الاسم الذي يرسله الله ليتحدث في الواقع الملموس لوجودنا. فعندما يتحدث الكتاب المقدس عن الاستعلان لكل من نوح وإبراهيم وموسى وكل الذين أتوا بعدهم، فإنه دائمًا يتحدث عنا: "أَنْتَ هُوَ ٱلرَّجُلُ!" كما قال ناثان النبي لداود (٢صم١٢: ٧). السر غير محدود، واكتشافنا له لن ينتهي أبدًا. ضمن نتعلّم من نكون نحن في عيني الله، ومن هو بالنسبة لكل واحد منا اليوم.

إن أصول ابتهالنا باسم يسوع القدوس وُجِدَت هناك في قلوب البطاركة والأنبياء، وجماعة الشعب. فإن الابتهال بالنسبة للعبرانيين هو قبل كل شيء مرتبط جوهريًا بأماكن العبادة إلى درجة أنهم يسمونها "هياكل". لأنه حيث تقدّس اسم الله وظهر جليًا. ومن مخيم إلى مخيم، كان إبراهيم يبني مذبحًا ليهوه ليدعو باسمه (تك١٢: ٨-٩).

وفي وقت لاحق، سيبتدئ يهوه محل سكناه بنفسه، الذي يلمّ فيه شمل كافة قبائل إسرائيل. "بَلِ الْمَكَانُ الّذِي يَخْتَارُهُ الرَّبُّ إِلهُكُمْ مِنْ جَمِيعِ أَسْبَاطِكُمْ لِيَضَعَ اسْمَهُ فِيهِ، سُكْنَاهُ تَطْلُبُونَ وَإِلَى هُنَاكَ تَأْتُونَ" (تث١٢: ٥). وكان غالبًا ما يتكرر هذا، أن يكون بناء مَقْدِسًا أو الذهاب إلى المَقْدِس مرادفًا لدعاء اسم الرب. لكن إذا كان المَقْدِس يعبّر عن مسكن الاسم، فإنه فقط في قلب الحوار بين الله والإنسانية الجاري يكشف هو نفسه، حوار ندعو فيه بالاسم بحسب

الظروف التي نمر بها في حياتنا:

تضرع (مز١٢٤: ٨، ١أخ٥: ٢٠)، صلاة مملوءة بالثقة (مز٢٠: ٨)، شكر (مز٦٣: ٥)، تهليل (مز٢٠: ٦، مز٨٩: ١٣)، منح البركة (مز١٢٩: ٨). فالاسم القدوس يُحتَفَل به في كافة درجات ألوانه: البركة (مز٩٦: ٢)، الاحتفال (مز٤٤: ٨)، التسبيح (مز٦٩: ٣٠)، التعظيم والتمجيد (مز ٣٤: ٣)، العزف والرقص له (مز ٧: ١٧، ٢صم٦: ١٦). هذه الشواهد القليلة من بين الكثير جدًا، تبدو وكأنها فارغة ومُضجِرة وهي مدرجة بهذا الشكل، ولكنها بالنسبة للشخص الذي سيتأمل فيها، كل واحدة تضرم اختبارًا ملموسًا لحضور الله، وذلك من خلال معظم المواقف المختلفة جدًا التي يتم فيها دعاء الاسم.

أن تسمّي الله في قلب حدث ما، هو أن تعطي هذا الحدث وجهه الحقيقي، وأن تدعه يصير تجليًا، وأن تدمغه بتوجُّه جديد، بحسب المشيئة الإلهية الفاعلة في قلب كل شيء. "أن تدعو" عند الشخص العبراني تعني "أن تُسمّي"، والتي تعني عند العقلية الساميّة أن تدعو إلى الوجود، أن تخلق: "دعا الله النور نهارًا... دعا الله الجلد سماء..." (تك١). يظل الحدث أو الظرف حروفًا ميتة إلى أن تُسَمَّى باسمها الحقيقي، الاسم الذي يعطيها حياةً. الشخص الذي يُسَمِّي بهذا الإيمان يرفع الستار عن المظاهر الخارجية، ويجعل هناك إمكانية اللقاء في كل لحظة مع عمق الأشياء. في هذا الفعل، يعطي الله نفسه اسمًا للبشرية. وفي تسميته، بعيدًا عن أسمائهم العادية، لإبراهيم (تك١٧: ٥)، لسارة (تك١٧: ١٥)، أو ليعقوب (تك٣٢: ٢٨)، كما سيفعل يسوع أخيرًا مع تلاميذه، يقوم الله بفعل خلّاق يُجدّد القلب نحو مصيرٍ جديد.

إنّ الحياة، إنْ تُدرك هكذا، تصبح مَقْدِسًا للاسم وموضعًا للعهد الذي للأبد يتعمق ويُخان ويتجدد. وكمُذكِّر دائم لهذه الحقيقة، كان تابوت العهد، الذي

ارتبط باسم يهوه، حاضرًا دائمًا (عد١٠: ٣٥) بين الشعب، محمولاً على أكتافهم أثناء المسيرة الطويلة نحو أرض الموعد، أو موضوعًا في وسط أعنف معاركهم القاسية (١صم٤). اليهودي التقي الذي لا يحيا بنفسه في هذا المستوى من التاريخ، ويجبر نفسه أن يقرأه بطريقة تقوده إلى الغموض الكامن وراء أسطر هذا التاريخ، يسقط، مثل كل شخص يسعى في بحثٍ ليس عن الاسم ولكن عن مطمح عالمي. ولكي يهرب من الأسوأ، فإنه يستجدي الله: "لَيْسَ لَنَا يَا رَبُّ لَيْسَ لَنَا، لَكِنْ لاسْمِكَ أَعْطِ مَجْدًا" (مز١١٥: ١). يصبح هذا الابتهال هو الدافع للقلب وللصلاة. "دَعَوْتُكَ يَا رَبُّ كُلَّ يَوْمٍ" (مز٨٨: ٩). "وَجَدْتُ مَنْ تُحِبُّهُ نَفْسِي، فَأَمْسَكْتُهُ وَلَمْ أَرْخِهِ" (نش٣: ٤).

أُعلِن الحدث الأساسي في التاريخ في العليقة المشتعلة، وأما السؤال الذي سأله موسى لله: "ما اسمك؟" فلم يتقبَّل سوى إجابة مؤقتة. فمن ثَمَّ، صارت صلاة إسرائيل وصلاة كل الشعوب معها، وإن كانت بعدم إدراك، عبارة عن انتظار هائل. الوعد الذي ملأ كل دعاء للاسم بالأمل، عبر القرون، سيحقق نفسه في "يوم الرب"، المُعلَن عنه بواسطة جميع الأنبياء في اكتمال الأيام الأخيرة عندما سيُقدِّم الخلاص إلى "كُلَّ مَنْ يَدْعُو بِٱسْمِ ٱلرَّبِّ" (يؤ٢: ٣٢). هذا اليوم هو يوم البنطيقستي (عيد الخمسين أو حلول الروح القدس)، المَنْبَت الحقيقي للبشرية الجديدة التي سيُعلِن لها الاسم القدوس هويته المحدّدة، ويكشف عن وجهه في قلب اختبار نارٍ، كما شُهِد في الظهورات الإلهية العظيمة، الثيؤفانيا، في العهد القديم.

ولكي نعرض أن هذا بالفعل هو استيفاؤه التاريخي وتلخيصه، فالقديس بطرس، المنوط بمهمة شرح الحدث الحاسم للجمع، اختار نبوة يوئيل النبي والتي شكّلت التركيبة الفضلى لجوهر التقليد اليهودي: "يَقُولُ اللهُ: وَيَكُونُ فِي

الأَيَّامِ الأَخِيرَةِ... كُلُّ مَنْ يَدْعُو بِاسْمِ الرَّبِّ يَخْلُصُ" (أع٢: ١٧-٢١).

ولكن ماذا يكون هذا "اليوم العظيم"، هذا "الاسم"، هذا "الرب"، وهذا "الخلاص"؟ امتلأ القديس بطرس من الروح القدس، وخاطر بحياته، مؤكدًا بقوة أمام اليهود المخَدَّرين والرسل السكارى بالفرح: "إنه يسوع الناصري!" هذا الإعلان للاسم في الإطار الفخم ليوم الخمسين البنطيقستي يصنع من هذا الحدث حوريبًا جديدًا، إجابةً حاسمة محددة على سؤال موسى وكل الشعب، مفتتحًا "اليوم العظيم" الذي فيه يكشف يهوه بشكل سرائري وجهه الخاص في يسوع (يو١٤: ٩) ويرسل لنا "الرب" الفريد الذي ليس بغيره "خلاص".

لقد تحققت كل النبوات في يسوع الذي وحَّدَها جميعًا، وأعطاها معنى، وحملها في طرق لا يمكن تخيُّلها، أبعد منها نفسها. "فَلْيَعْلَمْ يَقِينًا جَمِيعُ بَيْتِ إِسْرَائِيلَ أَنَّ اللهَ جَعَلَ يَسُوعَ هَذَا الَّذِي صَلَبْتُمُوهُ أَنْتُمْ رَبًّا وَمَسِيحًا... وَلَيْسَ بِأَحَدٍ غَيْرِهِ الْخَلاَصُ. لأَنْ لَيْسَ اسْمٌ آخَرُ تَحْتَ السَّمَاءِ قَدْ أُعْطِيَ بَيْنَ النَّاسِ بِهِ يَنْبَغِي أَنْ نَخْلُصَ" (أع٢: ٣٦، ٤: ١٢). فمن ثم، وَجَد "الابتهال بالاسم" تحقيقه فقط بالإيمان بالرب يسوع، واسم يسوع الآن قد حلّ محل اسم يهوه القدوس: "هَذَا اسْمِي إِلَى الأَبَدِ وَهَذَا ذِكْرِي إِلَى دَوْرٍ فَدَوْرٍ" (خر٣: ١٥). فمجد اسم يهوه القدوس الموعود به والمتحقق جزئيًا على مدار العهد القديم قد أصبح سرًا مقدسًا تامًا full sacrament في اسم يسوع: "وَأَعْطَاهُ (الله) اسْمًا فَوْقَ كُلِّ اسْمٍ" (في٢: ٩).

في فكر اليهودي الحقيقي، إنه بالفعل يجب على المرء أن يجمع حجارة لرجْم هذا التجديف وتدميره. فالقديس بطرس سيذهب إلى السجن وسيُطلَب منه تبرير نفسه أمام مجمع السنهدريم. وباقي التلاميذ سيتبعونه، مكروهين من الجميع ومُضطَهَدين لأجل الاسم (مت٥: ١١، يو١٥: ٢١، مر١٣: ١٣). ولقرونٍ،

سيتقدم أجيال من المسيحيين للاستشهاد، متألّمين لأجل الاسم، بدون تَضَجُّر (رؤ٢: ٣). فقوْل أنّ يسوع ربٌّ وطلب العماد باسمه، كان يقود مباشرةً للموت.

اليوم، لسنا نستطيع بعد أن نفهم بالتمام حماسة المسيحيين الأوائل وضخامة الفضيحة التي خلقوها بين اليهود. فبالنسبة لهم، كان اسم يهوه القدوس قد أصبح مخيفًا جدًا (تث٢٨: ٥٨)، حتى أنه من فرط الاحترام الفائق قبالة سمو الله السري والصعب الوصول إليه، لم يتجاسر أي فرد أن ينطق باسمه. وكان رئيس الكهنة فقط هو الذي له هذه الصلاحية، ولكن مرة واحدة في السنة في عيد الكفارة، داخل قدس الأقداس في الهيكل. وقد أُستُعيض عن اسم يهوه بأدوناي أو إلوهيم، وعندما تُرجِم الكتاب المقدس إلى اللغة اليونانية، تُرجِم اسم يهوه بالتبعية إلى كيريوس، والتي تعني الرب، ومن ثَمّ أصبح هو اسم الله وهو نفسه أصبح اسم سرائري، "حاملًا لسر"، ويدل -باعتباره اسم يهوه نفسه- على شخص الإله المُعلَن والذي لا يمكن التواصل معه.

وتحت قوة الروح القدس، والذي وحده يعطي نعمة الابتهال والدعاء الصحيح، نقل المسيحيين الأوائل بدون تردُّد اسم كيريوس، أو الرب، إلى يسوع الناصري، الذي جعله الله ربًا، "رب الكل" (أع١٠: ٣٦): يسوع هو بالفعل الله!

ولهؤلاء، قد أُكمِلَت جميع النبوات بواسطة هذا الاسم الذي "للرب يسوع المسيح". وإذ تعمّدوا بهذا الاسم، صار لكل الذين يدعونه بالتوبة، وتحت حركة الروح القدس، الدخول في الشركة المسيانية التي تمثّل من هنا فصاعدًا "البقية القليلة" لإسرائيل، "البقية التقية" ونبوات الخلاص الشامل التي ستحملها الكنيسة (أع٢: ٣٨-٤٧). وهذا الوعي متوهج جدًا بين المسيحيين الأوائل حتى أنهم دُعوا "ٱلَّذِينَ يَدْعُونَ بِٱسْمِ رَبِّنَا يَسُوعَ ٱلْمَسِيحِ فِي كُلِّ مَكَانٍ" (أع٣: ١٣، ١كو١: ٢). هذا كان "عملهم"، إذ كانوا يدعون الاسم، ليس فقط في أوقات

العبادة الصلاة، ولكن أيضًا في كل حركة (كو٣: ١٧). وأخيرًا، كان هذا طريقهم للوجود، للحياة المسيحية نفسها، التي هي "كنيسة أبكار" (عب١٢: ٢٣). لم يُفعَل أي شيء بغير هذا الدافع أن يُعمل "باسم الرب".

هذا كان تحوُّلاً ثابتًا وراديكاليًا جذريًا إلى المسيح المُقام من خلال الابتهال باسمه، الذي فتح ليس فقط القلب، بل أيضًا كل حدث، على حضوره، والذي يقدر أن يعجّل بالمجيء الأخير (١تس١: ٩-١٠). إن الدعاء باسم يهوه قد تحقّق في التجسُّد الكامل لهذا الاسم، وشوهد مجد يهوه وسط شعبه (يو١٢: ٢٨، ١٧: ١)، السر المقدس لله غير المرئي. أن تدعو باسم الرب هو أن تدعو يهوه: الذي يعرف الابن يعرف الآب (يو١٤: ٩). هذه الشفافية هي عمل الروح القدس. لا يستطيع أحد أن يدعو الآب إلا بالروح (رو٨: ١٥) ولا يستطيع أحد أن يقول عن يسوع أنه ربٌّ إلا بنفس هذا الروح (١كو١٢: ٣).

ولهذا فإن الابتهال باسم يسوع يقدِّم المسيحيين إلى سر الثالوث الإلهي، وهو نفسه مصدر الشركة المسيانية والإلهام لحياة كل المُعَمَّدين. اسم واحد في ثلاثة أقانيم. إنه الستار الخلفي وراء الابتهال باسم يسوع، واستعلان الآب واستعلان الروح. ولهذا السبب، فالاسم محبة. "أهيه الذي هو أهيه" (خر٣: ١٤) هو السر الذي أُعطي لموسى عندما نقش الله اسمه في مستقبلٍ سيُعلَن معناه الكامل فقط على الصليب. وهناك، في هذا الإخلاء المطلق للذات لأجل البشرية، يتهجى الله لنا اسمه، لأنه "لَيْسَ لأَحَدٍ حُبٌّ أَعْظَمُ مِنْ هَذَا: أَنْ يَضَعَ أَحَدٌ نَفْسَهُ لِأَجْلِ أَحِبَّائِهِ" (يو١٥: ١٣).

اسم يسوع هو مجد كل هذا السر، أصل وكمال الكل، "البداية والنهاية Alpha and Omega". فمن خلال هذا الاسم، لم يعمل الرسل كافة أنواع المعجزات فقط (مت٧: ٢٢، أع٤: ٣٠) من شفاء المرضى (أع٣: ٦، ٩: ٣٤) وإخراج

الشياطين (مر٩: ٣٨، لو١٠: ١٧)، ولكن الحياة بكاملها مخصَّبة بدافع واحد فريد هو: الحياة في اسم الرب. لقد اجتمعوا معًا باسمه (مت١٨: ٢٠)، وقبلوا الآخرين لأجل اسمه، و"شَاكِرِينَ كُلَّ حِينٍ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ فِي ٱسْمِ رَبِّنَا يَسُوعَ ٱلْمَسِيحِ، لِلهِ وَٱلْآبِ" (أف٥: ٢٠). عانوا لأجل اسمه، وكانوا سعداء بسبب اسمه أيضًا (مت٥: ٣-١٢)، وفي كل موقف يجب أن يمجّدوا اسم ربنا يسوع المسيح (٢تس١: ١٢)، في كل ما يقولونه أو يفعلونه... (كو٣: ١٧). لقد عاشوا بطريقة ما حيث صار الخلاص الأبدي هو نسيج الحياة نفسها (أع٤: ٧-١٢). ومعنى اسم يسوع -"يهوه يخلص"- هو ديناميكية اللحظة الحاضرة (مت ١: ٢١)، حيث يمكننا أن نجد الهدف الفريد لكل شهادة (لو٢٤: ٤٦) والكنز الوحيد للكنيسة (أع٣: ٦). هذا هو الاستعلان الأقصى "للسر" خلال يسوع: الاسم هو حياة وطريق حياة. "وَفِي ذَلِكَ الْيَوْمِ لاَ تَسْأَلُونَنِي شَيْئًا. اَلْحَقَّ الْحَقَّ أَقُولُ لَكُمْ: إِنَّ كُلَّ مَا طَلَبْتُمْ مِنَ الآبِ بِاسْمِي يُعْطِيكُمْ. إِلَى الآنَ لَمْ تَطْلُبُوا شَيْئًا بِاسْمِي. اُطْلُبُوا تَأْخُذُوا لِيَكُونَ فَرَحُكُمْ كَامِلاً" (يو١٦: ٢٣-٢٤). ولهذا فإن اسم يسوع يكشف لنا طرق الله ورأفته الأبوية.

الفصل الثاني

صلاة يسوع في التقليد المبكر

ابحث عن باب قلبك وستكتشف الفردوس

القديس يوحنا ذهبي الفم

بعد العهد الجديد، لا أحد يمرِّر على مصباح الشهادة هذا أكثر من الشهيد، إذ إنه يدخل في الإعلان الكامل للكنز. فإن الشهيد يضعنا في اتصال مع الحب المشتعل الذي كان في الأيام الأولى. أن يبذل المرء حياته وأن يموت لأجل الاسم (أع١٥: ٢٦، ٢١: ١٣)، هذا كان الأسلوب الأمثل للحياة بشغف عظيم في الكنيسة الأولى، وهذا لايزال وسيظل إلى الأبد أساس كل حياة مسيحية، حتى إذا نُسي من قِبَل التاريخ أحيانًا. والإنسان لا يمكنه أن يتجاوب مع استعلان الاسم من خلال الصليب إلا بتقديم دمه من أجل المحبوب. فمعيار الحب هو أن يكون بلا قياس، كما يقول الآباء. فلن توجد معرفة حقيقية لبعضنا البعض ومن ثمّ لا حياة أبدية إلاّ حينما نستحضر وندعو بهذا الاسم (يو١٧: ٣).

أن تعيش، بالنسبة للمسيحي، هو أن تدخل يوميًا في حلبة هذا الصراع، فتعاني في كل شيء لأجل الاسم (كو١: ٢٩، رؤ٢: ٣) وتقاوم "حتى الدم" ضد كل ما يفصلنا عنه (عب١٢: ٤). "لأَنْ لَيْسَ أَحَدٌ مِنّا يَعِيشُ لِذَاتِهِ... إِنْ عِشْنَا فَلِلرّبِّ نَعِيشُ، وَإِنْ مُتْنَا فَلِلرّبِّ نَمُوتُ" (رو١٤: ٧-٨).

أدّى الروح القدس عمله بقوة إذ نقش الاسم المقدس بحروف من نار الابتهال في قلوب الأمناء. وكيف يكون عكس ذلك في حين أن الرب طلبه

بنفسه؟ "إِلَى الآنَ لَمْ تَطْلُبُوا شَيْئًا بِاسْمِي. اُطْلُبُوا تَأْخُذُوا" (يو١٦: ٢٤). فالمرء يحتاج فقط إلى أن يقرأ رسائل القديس إغناطيوس الأنطاكي (سنة ١١٠م، تحت حكم الإمبراطور تراجان)، والذي كان تلميذًا ليوحنا، ليفهم ما هو الحب الجامح لاسم يسوع الذي كان لدى المسيحيين الأوائل! حنينٌ لا حدود له، بعيدًا عن أية عواطف، رجولي وبطولي: "لا يوجد أحدٌ مطلقًا كتب مثلما كتب هذا الرجل، لأنه لم يوجد أحدٌ أبدًا من الذين كتبوا أحب مثله" (Hausherr, Names of Christ, p. 37.).

إنه في هذه التُّربة عينها ينبغي أن نغرس جذورنا وأن نروي عطشنا، وإلا فلن نعرف ماذا تعني حقيقةً أن نكون تلاميذ المسيح، أو ما هو الفرح الموعود لنا الآن في قلب آلاف الميتات والمعاناة التي يفرضها العالم علينا.

أُقتيد القديس إغناطيوس مغلولاً بالسلاسل إلى عشرة من الفهود. معاملاً معاملة سيئة من الحراس، ومسحوبًا من أنطاكية إلى روما ليلقى للوحوش. مع كل هذا، سجّل القديس بكلمات نارية شغف قلبه الذي نفخ فيه الحياة: "لا شيء مرئيًّا أو غير مرئي يمنعني عن الفوز بالمسيح. فلتأتِ عليّ كل عذابات الشيطان طالما معي المسيح. إنه لأمر مجيدًا بالنسبة إليّ أن أموت لأجل المسيح أكثر من أن أملك على كل العالم. فإنه 'هو' من أبحث عنه، يسوع الذي مات لأجلنا. إنه 'هو' من أريده، الذي قام لأجلنا. ها هي اللحظة التي فيها سأبدأ أن أحيا" (الرسالة إلى الرومانيين). "لا شيء يستطيع أن يهرب من الله، فحتى أسرارنا الخفية في يديه. دعنا إذًا نفتكر في كل أعمالنا أنه يعيش داخلنا، لنكون نحن هيكله، وهو إلهنا، الذي فينا" (الرسالة إلى الأفسسيين).

من المهم أن نتنفّس ذاك الهواء الذي كان في الأوقات الرسولية. وللأسف، إنه لم يعد هواؤنا، ولهذا السبب صرنا نتنفس بصعوبة جدًا، ولا نحيا بطريقة

صحيحة. فحتى بدون نطق الاسم في كل مرة تحدثّوا عنه، كان هؤلاء المسيحيين مملوئين جدًا به، حتى أنهم، في الحقيقة، عاشوا وماتوا فقط بالاسم ولأجل الاسم! هذه التقدمة الكاملة للاسم، من خلال الحب، هي الشهادة، سواء قادت أم لم تقُد إلى سفك الدم، كما أسماها القديس كليمنضس السكندري سنة ١٩٣م "الاستشهاد المعرفي Gnostic martyrdom"، "لأن المعرفة الروحية Gnosis هي معرفة الاسم".

ولقرون بعدها، كانت هذه هي البيئة التي كُتبت فيها نصوص مدهشة عن الاسم وعن الابتهال به، والتي كانت تعبيرات عن وعيٍ جديدٍ للحياة. كان هرماس، أحد الأوائل في إثارة هذا (١٥٠م تقريبًا): "كل الذين عانوا مرةً لأجل الاسم هم مُمجَّدون لله... إنّ اسم ابن الله عظيم، وغير محدود، ويمسك بالعالم كله... أن تتقبّل اسم ابن الله هو أن تهرب من الموت وأن تمنح الحياة لنفسك... لا يمكن لأحد أن يدخل الملكوت إلا من خلال اسم الابن..." إن كل عبارة من هذه العبارات مثقّلة بالتأمل ومحمَّلة باختبار حيث يحوي الاسم سر المسيحية بالكامل، فهي لم تُخلَّق لمجرد القراءة، ولكن لتغذيتنا.

في نهاية القرن الثاني، كتب العلّامة أوريجانوس (٢٥٣م)، وهو أحد أعظم عباقرة البشرية، والذي لا يمكن أن نستخفّ به كعالمٍ، والذي لا تتوقف كتاباته عن أن تفتن الباحثين، قائلاً: "أريد أن أحمل اسم المسيح، أريد أن أحمل هذا الاسم الذي هو بركة للأرض. هذه هي رغبتي: أنّ روحي، كذلك أعمالي، تمنحني الحق في أن أحصل على هذا الاسم". ويضيف: "اليوم أيضًا اسم يسوع يُسَكِّن النفوس المضطربة، ويقهر الشياطين، ويشفي المرضى. إن استخدامه يسكب نوعًا من اللُّطف المدهش، إنه يؤكد على نقاوة طرقنا، ويُلهم البشرية بسخاء". هذا التوهُّج المذهل لأجل يسوع وُجِد في كل مكان في أعمال

أوريجانوس. فهو لا يكف أن يدعو: "يا ربي يسوع... يا يسوعي".

إن أحد المرتلين الرائعين للاسم هو القديس إفرام السرياني (٣٧٣م). كانت موهبته كشاعرٍ تفيض بأبيات ملتهبة: "يسوع، اسم مستحق التسبيح، جسر غير مرئي يقود من الموت إلى الحياة. إليك وصلت، و لا يوجد ما هو أبعد حتى أرنو إليه." إن هدفنا هنا هو ألّا نستنفد أبدًا هذا الانهمار الهائل الذي يظهر بوضوح أنه هو نفس إيمان الرسل الموجود في سفر الأعمال، والذي يستمر في شق طريقه خلال القرون. فالمعرفة العلمية ليست بالأهمية الكبيرة، ولكن المهم هو الاحتياج لإطفاء عطشنا اليوم للصلاة عند ينبوع أساتذة الأمس. فقد كانت قوة الله بالنسبة لهم هي حاضرة بالحقيقة في اسم يسوع. والابتهال به يعمل كَسِرٍّ مقدس بقوة تألُّهية.

امتد هذا النهر من العبادة والحب للاسم في الغرب أيضًا. ومنذ أوقات مبكرة إلى المدرسة الفرنسية، التي تعتبر بمثابة موطنًا لتيار روحي أثناء القرن السابع عشر. فهناك درر معينة تستحق أن يشاد بها. فقد كتب القديس بولينس أسقف نولا St. Paulinus of Nola (القرن الخامس): "هذا الاسم هو كرحيق للفم، شهد عسل، إنه طعام فاخر طيب المذاق، إذا تذوقه أحد، لن يستطيع أبدًا أن يتركه، إنه للعيون نورٌ صافٍ، وللآذان صوتُ الحياة".

صوَّر القديس قيصريوس St. Caesarius of Arles (٥٤٢م) بعاطفة جياشة "الاسم المبارك" مثلما فعل القديس أغسطينوس St. Augustine (٤٣٠م) الذي قال: "إن الاسم ودود جدًا وعذب جدًا للنطق". وقال القديس أثناسيوس St. Athanasius (٣٧٣م): "يحتاج الفرد فقط أن يدعوه، وستهرول الشياطين مسرعة". وصاح ق. أنسلم St. Anselm (١١٠٩م): "من هو هذا المُخَلِّص الذي أنادي اسمه؟ إنه يسوع. ينسى يسوع الإنسان المعجب بنفسه الذي أغاظه،

وينظر إلى الإنسان البائس الذي يبتهل الاسم اللطيف، الاسم اللذيذ، الاسم الذي يعزي الخاطئ، اسم الرجاء السعيد. فأنا أمجِّد نفسي فيك، وسط كل الذين يحبون اسمك".

بدأت نغمة جديدة في هذه الفترة حيث يجلب القديس برنارد St. Bernard (١١٥٣م) إليها مثل هذه الحماسة، إذ يخلق أدبًا كاملاً حول الاسم. "اسم يسوع مثل دهن مهراق، يشرق عندما نناديه، ويطعمنا عندما نتأمل فيه، يريحنا ويتغلغل فينا عندما نبتهل به". ويصف توما Thomas of Celano كيف استمتع القديس فرنسيس الأسّيزي St. Francis of Assisi (١٢٢٦م) باسم يسوع وكان "مأسورًا" بجرْسه: "بمجرد أن تسمع اسمه، يجب أن تعشق الرب في احترام ومخافة، وتنطرح على الأرض ساجدًا". حمل القديس فرنسيس اسم يسوع في قلبه، وعلى شفتيه، وفي أذنيه، وعلى لسانه، وفي يديه، بل وفي كل أعضائه، وعندما كان ينطق به، كانت تستولي عليه عاطفة جياشة لا يمكن إدراك منطقها، ويبدو كأنه إنسان جديد في زمن جديد.

مع الحركة الفرنسيسكانية، أصبح تبجيل اسم يسوع مألوفًا وواسع الانتشار. فكان الإخوة ينصحون الأمناء بمناداة اسم يسوع القدوس لكي ينالوا، على سبيل المثال، النجاة من التجارب الشيطانية. يذهب هنري سوسو Henry Suso (١٣٦٦م) بعيدًا جدًا حتى أنه نقش الاسم على صدره، ساعيًا نحو "انصهارٍ" من خلال الصلاة المستمرة، ورابطًا الرب بأهزل دقات قلبه. وكان قد خِيط الرمز "I.H.S" على الملابس، والزخارف التي تستخدم في الخدمة الليتورجيا، ثم رُسِمَ أو نُحِتَ على جدران الكنائس، والنُصُب التذكارية، والمنازل، وطُبع على الخطابات ونُقِشَ على النقود. طبعت جان دارك Joan of Arc اسم يسوع ومريم العذراء على عَلَمَها، على المنصة في أورلينز Orleans، وكانت كلماتها الأخيرة كلها

كلمة واحدة، ومتكررة بلا نهاية: "يسوع... يسوع...".

حول اسم يسوع تولَّد أيضًا كل أنواع الأخويّات والجمعيات، مما أدي إلى خروج الكثير من المنشورات والقدّاسات التي تمجّد الاسم القدوس، حتى وصلت إلى ذروتها في ظهور "جماعة يسوع Society of Jesus". غالبًا ما يكون هدف الأخويات هو تعليم هؤلاء الذين هم مدانون بالموت أن يبتهلوا باسم يسوع كاستعداد لرحلتهم. وأصبح اسم يسوع للناس اختبارًا للنور ومنبع النعمة.

ولكن هذا الاتّقاد الرائج خفت في القرون الأخيرة، ففي الغرب، لم يعُد التعليم يغذّيه بعد، إلا إن قلة من القديسين ظلوا يحافظون عليه. فإذا كانت هذه هي الحقيقة، أن هؤلاء غالبًا هم رواد الأزمنة الجديدة ومنارات للمستقبل. فإننا نستطيع بدون شك أن نحصل على رجاء عظيم، لأن تشارلز Charles de Foucauld (١٩١٦م) والقديسة تريزا St. Therese of Lisieux (١٨٩٧م). في فجر قرننا، قد فُتِنا باسم يسوع، وكرّراه بلا نهاية، ورأيا أنه "كنزهم الفريد" في كل مكان، وسمّيا نفسهيما بالاسم: تشالز اليسوعي، وتريزا الطفل يسوع.

أصبح هذا الحب العظيم للاسم الإلهي هو الأرض التي نمت فيها بذرة كل صلاة تُسَمّى "صلاة يسوع" أو "صلاة القلب".

كما رأينا، إن الحقيقة العميقة لصلاة القلب كانت حاضرة بقوة أثناء التقليد اليهودي-المسيحي الكامل من جذور العهد القديم. وقد أحيت إيمان شعوب بأكملها وأقامت عمالقة القداسة.

لقد أخذ الابتهال بالاسم أشكالاً كثيرة في العهد القديم: "اشْفِقْ يَا رَبُّ عَلَى شَعْبِكَ" (يؤ٢: ١٧)، "وَبِاسْمِ الرَّبِّ دَعَوْتُ: آهِ يَا رَبُّ، نَجِّ نَفْسِي!" (مز١١٦: ٤)، "الرَّبُّ إِلهٌ رَحِيمٌ وَرَؤُوفٌ" (خر٣٤: ٦)، "اَللّهُمَّ، بِاسْمِكَ خَلِّصْنِي" (مز٥٤: ١)، أو

ببساطة تكرار اسم "أدوناي" كما سيُكرَّر فيما بعد اسم "يسوع". وفي العهد الجديد، نجد صرخة الأعميَيْن اللذين كانا على جانب الطريق: "ارْحَمْنَا يَا ابْنَ دَاوُدَ" (مت٩: ٢٧)، أو صرخة العشار: "اللّهُمّ ارْحَمْنِي، أَنَا الْخَاطِئَ" (لو١٨: ١٣). هذه الصيحات هي مبشّرات منذ زمنٍ بعيدٍ بصلاة يسوع. ولكنها ستأخذ قرونًا عديدة حتى نراها مُصَاغة في صورتها الحالية. فالنضج البطيء للوعي الروحي ضروري حتى يجمع معًا في كلمات قليلة جوهر الإيمان المسيحي، ولكي يقدم إلينا السهم القادر أن يشق طريقه إلى داخل قلوبنا.

(ا) ميلاد صلاة القلب

يبدو أول من قدَّم أسلوبًا نظاميًا للصلاة كان يوحنا كاسيان John Cassian، مؤلِّف الفيلوكاليا الحقيقية لآباء الصحراء، والتي ظهرت عام ٣٩٩م. إن الكلمات التي يكرِّرها مرارًا وتكرارًا مأخوذة من الآية الأولى في المزمور السبعين: "اَللّهُمّ، إِلَى تَنْجِيَتِي. يَا رَبُّ، إِلَى مَعُونَتِي أَسْرِعْ"، كما سيُقال لاحقًا عن صلاة يسوع، هذا التأمل يوقظ فينا الشفقة، ويجعلنا نغلب كافة التجارب، ويحارب كافة أمراض النفس: الميول الرديئة، الرذائل، خاصة التي تخص الجسد، المضايقات، الأخطار وأسباب الخطية. فهو يعارك كل الخيالات، والمناظر الليلية التي للشياطين، ويساعد على صون التذكُّر الدائم لله. وسريعًا ما يقود هذا التكرار إلى "إتقان الصلاة بدون أية انطباعات وصور ذهنية"، ولا يظل يُعَبَّر عنه بكلمات، فيصبح انفجارًا ناريًا، نشوةً لا يُنطَق بها، اندفاعًا للروح لا يُشبَع. مسلوبةً من الحواس ومن كل ما يُرى، تفيض النفس نحو الله من خلال الأنّات والتنهُّدات.

استخدم القديس العظيم أنطونيوس (القرن الرابع)، "أب الرهبنة"، أيضًا

التعبير القصير ونصح بـ"التأمل" المستمرّ في عبارة من الكتاب المقدس. والقديس أرسانيوس (القرن الرابع)، رائد الهدوئية hesychasm (من الكلمة اليونانية hesychia: أي الهدوء، والسكون، والراحة، وهي طريقة حياة في صمت وسلام داخلي يطلبها الذين يمارسون الصلاة الدائمة)، قال مرارًا وتكرارًا: "يارب قُدني في طريق حيث أخلص"، أو "يارب لا تتخلّ عني". والقديس مكاريوس دخل في نفس الحركة: "إن الرب يعرف كل ما هو مفيد لنا، فكل ما نحتاجه فقط هو أن نصرخ إليه"، "يارب أعني!" أو في شكل من التسليم: "يارب لتكن مشيئتك، كما يسرك!"

وراهب من أنطاكية اسمه لوكيوس Lucius كرّر باستمرار الآية الأولى من المزمور الحادي والخمسين: "اِرْحَمْنِي يَا اَللهُ حَسَبَ رَحْمَتِكَ".

سواء دخلنا في الصلاة بوضوح أم لم ندخل، فإن الجهد الأهم لكل فرد كان هو التجرُّد من حجر العثرة الذي يوجد في الطريق وهو: الخطية. ولهذا السبب تحدّث القديس نيل St. Nil (راهب روسي عاش في القرن الخامس عشر) عن وجوب مقاومة الشياطين من خلال: "تَذَكُّر مخلصنا، والابتهال المتقد للاسم الجليل نهارًا وليلاً، واجترار الكلمات الموحى بها"، و"وبطرح الإنسان بذاته أمام الله صارخًا: يا ابن الله، خلصني".

يفسر القديس يوحنا ذهبي الفم وصية المسيح كدعوة إلى "رجاحة العقل"، لأنها هي التي يجب علينا أن نتمّمها، وليس مجرد نطق الكثير من الكلمات أو تكرار الصلوات بروتينية مثل أساليب الوثنيين. فالمسيح يعلّمنا طريقة الصلاة ويوصينا كما فعل القديس بولس، أن نصلى صلوات قصيرة مألوفة ومتكررة على فترات صغيرة. "وبفعل هذا، إنه من السهل لك أن تبقى يقظًا وتتلو صلواتك بالحضور العظيم الذي للروح."

(٢) جبل سيناء

ليس بعيدًا عن صحراء مصر أو فلسطين، حيث عاش معظم الذين استشهدنا بهم، ظهر أول شاهد من الحركة السينائية: القديس ديادوخوس أسقف فوتيكي St. Diadochus of Photike (القرن الخامس-يوناني). إن أبوة صلاة يسوع غالبًا ما تُنتسب إليه، ولكن في الحقيقة، هو لم يستخدم مطلقًا التعبير التقليدي. لكن كان التذكُّر الدائم لله هو الذي يشدِّد عليه، والذي، بالطبع، كان الستار الخلفي لصلاة يسوع. ولقد أخبرنا أن خطية عدم الطاعة قد ألقت بالإنسان، الذي كان بسيطًا وموحَّدًا في البداية، في تمزُّق انفصام الشخصية schizophrenic rupture وجعلت من النفس مسكنًا لعديد من الآلام النفسية. ومن ثَمَّ، يجب على الإنسان، من خلال التذكُّر الدائم لله، أن يعمل على الذاكرة حتى يستعيد هذه الوحدة المفقودة. والطريق لإنجاز هذا هو "التأمل في الاسم القدوس والممجد في أعماق القلب بانتباه عظيم وعناية" مما يقود، قليلاً قليلاً، إلى أن يختفي كل فكر، ومن ثَمَّ تصبح الذاكرة متحدة، وتدخل البساطة الأصلية وعينا. ولكن هذا يكون مستحيلاً بدون النسك، والذي هو بالنسبة لديادوخوس Diadochus، "القرار الراسخ للإنسان الذي يريد أن يوجِّه نفسه بالكامل نحو الله". ويُفْهَم النسك أيضًا على أنه تدريب يومي أو صراع للسماح لنعمة الله أن تخترقنا. وهذا يحدث فقط من خلال "جهاد حازم، ونزعة تواضع، وممارسة الوصايا، ومناداة الرب بلا انقطاع، حتى تنير نار النعمة المقدسة حواسنا". إن النعمة هي عطية من الله، وتعبير وتواصُل لطاقاته.

كذلك كان القديس يوحنا كليماكس St. John Climacus (٦٤٩م)، والذي اشتهر بكتابه السلم المقدس أو (سلم السماء) والذي ألهم أجيال من الرهبان، هو الذي حوله تبلورت كل الروحانية السينائية. وقد أخبرنا أننا يجب أن نطرح

عنّا الارتداد، ونتجاهل أفكارنا الكثيرة عندما نكون في الصلاة، ونلصق أنفسنا بكلمة واحدة لكي ندخل في "عدم الاهتمام التام بكل شيء لأنه تكفي شعرة واحدة أن تعكر رؤيتنا، وقلق واحد كافٍ أن يدمر الهدوء. فالوحدة هي تعرية الأفكار وهجر أي قلق". "من خلال اسم يسوع، نجلد أعدائنا، لأنه لا يوجد في السماء أو الأرض سلاح في قوته". "اجعل ذكر يسوع واحدًا مع تنفُّسك، وعندئذ ستعرف منفعة الهدوء الذي هو العشق الدائم في حضور الله". وعندئذ ستجد اسم يسوع "يلتصق" بتنفُّسنا حتى يتمكن من توصيل طاقته لنا. ومن ثَمَّ، يحمل التأمل ثماره ويصبح شركة فيما وراء كل محادثة. وبما أن التفكير العقلاني والتخيُّل خاصةً هما المحرِّضان على أفعالنا. "ضبط الفكر" و "مراقبة القلب" من خلال صلاة الاسم ستعيد تشكيننا في كلا الناحيتين سواء الأعماق الداخلية أو الأفعال الخارجية.

وقد كتب هيجومين دي باتس Hegumen de Bates في جبل سيناء في القرن الثامن كتابه قرون الهدوئية The Centuries of Hesychius. وهو أحد أعظم وأهم المستندات في صلاة الهدوئي، نتحرك خطوة إضافية: لا يجب فقط أن تكون صلاة يسوع (وهو أول من استخدم هذا التعبير) "مُستَنشَقة ومتنَفَّسة باستمرار، ومتّحدة بتنفُّسنا، ولكن يجب أن توحّد نفسها بكامل حياتنا. فعندما تتنقّى الروح وتوحَّد من خلال الصلاة، فإن أفكارنا تسبح داخلها مثل الدلافين السعيدة في بحر هادئ. وعند ذلك الحين تبدأ المحادثة، حيث يقوم المسيح، والذي قد أصبح هو السيد الداخلي، بإعلان مشيئته للقلب. إن اسم يسوع يدخل حياتنا في البداية كمصباح في الظلمة، ثم يأخذ وميض ضوء القمر، وأخيرًا يصير الشمس المشرقة". والشمس، بكل تأكيد، تضيء كل شيء وحياتنا كلها تعتمد عليها. هكذا، فإن صلاة يسوع للهدوئيين هي كل شيء، استحواذية، تملأ كياننا كله، بغض النظر عما نفعله، سواء كنا

نصلي أو نعمل، بنفس الطريقة التي توجب علينا أن نتنفس باستمرار.

(٣) سمعان اللاهوتي الحديث (٩٤٩-١٠٢٢م)

هوذا بالتأكيد أعظم اسم عُرِف للروحانية الأرثوذكسية بعد الفترة الآبائية، بجانب القديس غريغوريوس بالاماس، وهو كان راهبًا بجبل أثوس ثم أسقفًا لمدينة تسالونيكي في القرن الرابع عشر. أكَّد سمعان على أولوية الروحانية وضرورة الخبرة السرية المستيكية كمعرفة اختبارية للحياة الأبدية التي تبدأ هنا والآن. دُعِي سمعان "محب" المسيح و "بشير" الروح القدس. وهو حرفيًا، أُمتُلِك بهما.

بالرغم من أنه لم يتحدث بالتحديد عن صلاة يسوع، إلا أن سمعان قد أنشأ روحانية واقعية جدًا للشركة في المسيح، حتى على المستوى الفسيولوجي: "إن الروح يجعل المسيح يتغلغل فينا إلى نهاية أصابعنا، فهو يخترق جسدنا". ويكتب أيضًا في ترانيمه: "أنا، غير المستحق، أنا يد وقدم المسيح! أحرّك يدي ويدي هي كلها المسيح، لأن لاهوت الله قد اتحد بلا تفريق بي". هنا، تأخذنا هذه العودة الروحانية لوجودنا بعيدًا، إلى طفرة نفسجسمية psychosomatic mutation والتي تغيِّر حالة الإنسان بالكامل. ولكن سمعان هو جزء من تقليد قديم بالفعل، لأن القديس مكاريوس وعظ في القرن الخامس قائلاً: "كيف يمكن لشخص أن يكون له عينان ليسا له، أو أذنان، أو يدان، أو قدمان ليسوا له؟"

ولسنين عديدة، أُنتُسِب عمل مشهور بعنوان بـ"طريقة الصلاة والانتباه المقدس Method of Prayer and Sacred Attention" إلى سمعان. ولكن

المفسرين أمثال هوشر I. Hausherr الذي نشر نسخة نقدية للنص، بيَّن أن المؤلف غالبًا هو الراهب نيسيفورس Nicephorus الذي عاش في جبل أثوس في القرن الرابع عشر وكان أحد أساتذة غريغوريوس بالاماس. قد قام ونيسيفورس نفسه بإعادة هيكلة لممارسات القديمة التي ترجع إلى ما قبل السينائيين. تتألّف"الطريقة"من الجلوس في الظلام، وخفض الرأس، وتركيز النظر على وسط الصدر لاكتشاف مكان القلب، وتكرار عبارة "ياربي يسوع المسيح ابن الله ترأف عليّ" بلا ملل. وهذا يتم بتناغم مع نَفَس الشخص، والذي يحاوَل تبطيئه قدر الإمكان، واستبعاد كل الأفكار الاستطرادية المنطقية. "المثابرة على هذه الممارسة ليلاً ونهارًا تفتح القلب وتعطي حبًا، وفرحًا، وسلامًا، وكل البقية، وتتغير كل رغبة".

وفي هذا السياق، يجب أن نستشهد براهب يسمَّى خريسوستوموس Chrysostom إذ ترك لنا هذا النص الرائع: "يجب أن نردد من الصبح إلى المساء، ياربي يسوع ابن الله ارحمنا". ويجب أن نصلي به عندما نأكل ونشرب. ويجب أن نتذكر يسوع المسيح إلى أن يخترق اسم الرب قلبنا. وينزل داخله بعمق، ويسحق التنين ويحيّي الروح. إن قلوبنا يجب أن تمتصَ الرب، كما أن الرب يجب أن يمتصّ قلوبنا حتى يصبح كلاهما واحدًا".

(٤) جبل أثوس (القرنين الـ١٤ والـ١٥)

لقد كانت صلاة يسوع متواجدة بالفعل في جبل آثوس لوقت طويل عندما وصل غريغوريوس بالاماس إلى الجبل المقدس، بعد أن ترك سيناء. ولكن من خلاله هو، استعادت الصلاة كل قوتها. فأثناء هذه الفترة، تأكّدت وترسّخت صلابة التعبير والأسلوب العقل-جسمي. فقد قال القديس غريغوريوس أنه

يجب على الإنسان أن يتمسّك بقُرب على قدر الإمكان بالتعبير المفرد، لأن النباتات التي كثيرا ما تُقتَلع ويُعاد غرسها لا يتأصل جذرها كما كان. فبحسب غريغوريوس، إن الصلاة تولّد فينا حياة سرّيّة مستيكية، تلك التي توقظ طاقة الروح الكامنة فينا منذ معموديتنا. ليست المسألة في تكرار اسم يسوع بطريقة ميكانيكية، ولكن في تغذية أنفسنا به كما نتغذى بالطعام. إنها شركة إفخاريستية تقودنا لأن نقول مع القديس بولس: "أحيا لا أنا بل المسيح يحيا فيّ"، أو بحسب صرخة القديس غريغوريوس نفسه: "لحم من لحمي، عظم من عظامي". نحن نُدعى لأن نصير بكاملنا إلهيين جسدًا ونفسًا وروحًا، فابتهال الاسم يحضرنا إلى رؤية النور على جبل طابور الذي انبثق من المسيح أثناء تجليه على جبل طابور (لو٩: ٢٨).

قادت هذه النظرية اللاهوتية إلى هجوم عنيف بغيض بين اليونانيين واللاتين، بتحريض من الراهب بارلعام Barlaam، الذي كان خصمًا لغريغوريوس بالاماس والهدوئيين. أشار القديس غريغوريوس في هذه الفترة إلى الفارق المعروف بين جوهر الله غير المدرك والطاقات الإلهية غير المخلوقة التي من خلالها نختبر الله الذي يعطي نفسه لهؤلاء الذين يدعونه بالإيمان والمحبة. وفي عام ١٣٥٥، أعلنت الكنيسة الأرثوذكسية هذا المعتقد ليصبح رسميًا ومصرّحًا به. وفي محيط القديس غريغوريوس بجبل أثوس، كان يجب أن يُرفع من شأن اسم القديس مكسيموس (راهب يوناني ولاهوتي من القرن السابع) لأنه كتب أنه لا يوجد طريق أفضل من قول صلاة يسوع أكثر من التي تجعل مريم تقولها فينا. ومع تشكيل الصلاة لأعماقنا، تُشَكِّل مريم المسيح فينا.

وفي نفس هذه الفترة، نجد كاليستوس وإغناطيوس كزانثوبولوس Callistus and Ignatius Xanthopoulos (رهبان القرن الرابع عشر من جبل أثوس)

واللذين انتهجا صلاة يسوع كطريقة حياة. تتأصّل الصلاة في حركة الجهاز التنفسي وتصل مباشرة إلى حميمية الكيان، وبحسب نشيد الأنشاد، إنها "جراح الحب". ولكن علامة صحتها وأصالتها يجب أن تكون الإيمان والأعمال الحسنة، وسياقها النسكي يجب أن يكون الصمت والصوم ودراسة الكتاب المقدس وممارسة الإفخارستيا. وتُنتِج الصلاة شكل جديد للحياة؛ إنه الحياة الهدوئية.

(٥) الفيلوكاليا وطريق السائح Pilgrim (القرن الثامن عشر)

لقد كان نشر تلك الموسوعة التي جمعت كل المعرفة البشرية وقدمت نصر العقلانية هي علامة مميزة في الغرب في القرن الثامن عشر. وفي نفس الفترة في الشرق، في جبل أثوس، بعد فترة من الانحدار، نهضت الفيلوكاليا ونشرت في عام ١٧٨٢م، وهي عمل عظيم جمع كل معرفة الهدوئيين. وهي تمثل نصر "الشخص الخفي في القلب" والنور غير المخلوق الذي يأتي ليفيض عليه بحضور شخصي.

تعني الفيلوكاليا "محبة الجمال"، وهي من عمل كل من القديس مكاريوس الكورنثي St. Macarius of Corinth (١٧٣١-١٨٠٥) والقديس نيقوديموس من الجبل المقدس St. Nicodemus the Hagiorite (١٧٤٨-١٨٠٩). وهذه الكتابات هي خلاصة الحياة الهدوئية وخاصةً صلاة يسوع. وكما يقول نيقوديموس "إن هذا الكتاب هو كنز الاعتدال، حماية العقل، التعليم السري لصلاة الروح، المثال المرموق للحياة النشطة، المرشد الناجح للتأمُّل، فردوس الآباء، وسلسلة الفضائل. إنه كتاب يعلّم التذكر الحميمي ليسوع".

بجانب هذه المقتطفات الضخمة للصلاة الهدوئية، فإن القديس نيقوديموس

كتب أعمالاً أخرى وخاصة في صلاة يسوع، حيث تبنّى تعليم الآباء لطريقة الجلوس واحتجاز النَفَس لمنع التشتُّت، وينصح بممارستها في المساء لمدة ساعة أو ساعتين بدون انقطاع في مكان هادئ ومظلم. ولقد شدّد على أن القضية ليست في التكرار الميكانيكي ولكن في أسر الكيان الإنساني بكامله، والذي بدونه لن تستطيع أن تقوم الصلاة بعملها: "يجب أن نُفعِّل الإرادة، يجب على النفْس أن تقول الصلاة بكامل إرادتها، ببأس وبحب، بدون تخيُّل أو شكل".

وبمحاذاة حركة التجديد هذه في جبل أثوس، وجدت صلاة يسوع رسولها في البلاد السلافية، مع الشيخ بايسيوس فيليتشكوفسكي Starets Paisius Velichkovsky (١٧٢٢-١٧٩٤). وكانت لترجمته السلافية للفيلوكاليا تأثيرًا هائلاً على الشعب الروسي بكافة مستوياته الاجتماعية، من المثقف الأرستقراطي إلى القروي البسيط. ومن خلال هذه التيارات المؤثرة وُلِد أعظم المعلمين الروحانيين الروس، مثل القديس سيرافيم ساروفسكي St. Seraphim of Sarov، وكذلك أعظم الأعمال الروحية مثل: سائح روسي على دروب الرب.

إن القديس سيرافيم (١٨٣٣) محبوبٌ في روسيا مثل القديس فرانسيس في الغرب. قد تجلَّى سرافيم حرفيًا بالنور الطابوري (نسبة إلى تجلّي الرب على جبل طابور)، ساطعًا بالفرح الفصحي، وقد أُمتلِك حقًا بالله. "في كل علمٍ موجود: في الذهاب أو المجيء، الجلوس أو القيام، في العمل، في الكنيسة، اجعل صلاة يسوع تفيض باستمرار من شفتيك -'ياربي يسوع المسيح، ارحمني، أنا الخاطئ'. فبواسطة هذه الصلاة في القلب، ستجد السلام الداخلي ورزانة الجسد والنفس."

"عندما تبدأ الصلاة، اجمع كل القوى الداخلية التي لروحك معًا، واربطها بقلبك وابق منتبهًا. ولمدة يوم أو يومين دع الصلاة وحدها مع روحك بواسطة

نطقها بانتباه كل كلمة على حدة. وعندما يُلهب الرب قلبك بنعمته ويوحّد كل طاقاتك في فكر واحد، عندئذ ستصبح الصلاة الداخلية لك، ينبوع مياه حية تجري بلا انقطاع، وتغذّيك، وتفعمك بالحيوية باستمرار... وعندما تتطهّر النفس بالتوبة، يجد الإنسان، على قدر غيرته وارتباط روحه بمحبوبه، بهجات في الابتهال بالاسم توقظ فيه الرغبة في طلب أعلى استنارة".

إن القديس سيرافيم هو الشاهد الحيّ لهذه الظاهرة. إن قوة سطوعه الاستثنائية أتت من إخلائه الكامل للنفس حتى أصبح شفافًا لله: "مثل الحديد الذي يترك نفسه للحدّاد، لقد سلَّمْتُ نفسي بالكامل لله وهو وحده الذي يعمل داخلي".

لقد كُتِب كتاب سائح روسي على دروب الرب بواسطة مؤلف مجهول. وظهر في كازان بروسيا عام ١٨٨٤. وتحكي لنا القصة كيف سلّم الشيخ نسائح نفسه لتدريب متصاعد تدريجيًا: فيجب أن يقول الصلاة ثلاثة آلاف مرة يوميًا. ثم ستة آلاف، وأخيرًا اثنى عشر ألف مرة. ثم توقف عن العد، ولصقت صلاته نفسها بتنفُّسه وبكل خفقة من خفقات قلبه. وفي أحد الأيام، كانت شفتيه هادئتين، ولكنه كان ينصت فقط إلى قلبه، فالصلاة كانت تُشبعه عندما يكون جائعًا، وتروي عطشه، وتريحه عندما يكون متعبًا، وتحميه من الأخطار ومن اليأس، وتلهمه في كل لحظة. "أحيانًا ينفجر قلبي بالفرح لكونه خفيفًا ومليء بالحرية... وأحيانًا أشعر بحب ملتهب نحو يسوع المسيح... وأحيانًا أخرى، أُغمَر بالسعادة عندما أبتهل باسم يسوع...".

هذا الكتاب الصغير يعتبر دُرّة أرثوذكسية، وجوهرة إنجيلية وسط أزمنتنا البربرية؛ وجب أن يُقرأ من قبل كل الذين سيمارسون صلاة يسوع!

(٦) الأزمنة الحديثة

أشرق اسمان عظيمان في مطلع القرن التاسع عشر، أسقفان اعتزلا إلى حياة الوحدة بعد سنوات من الخدمة، هما: القديس إغناطيوس بريانتشانينوف St. Ignatius Brianchaninov (١٨٠٧-١٨٦٧) والقديس ثيؤفان الحبيس St. Theophan the Recluse (١٨١٥-١٨٩٤). وقد ترجم كل من إغناطيوس وثيؤفان الفيلوكاليا.

إن ترجمة ثيؤفان، والتي تعتبر نصًّا موسَّعًا، قد تركت جانبًا أسلوب العقل-جسمي، والذي بحسبه، "يفضح البعض، ويغرَّب البعض الآخر عن الممارسة، ويشوِّه التدريب نفسه... هذه العمليات هي إعدادات خارجية للنشاط الداخلي، إنها دعامات... أن تربط رجاء إنسان، ولو بشعرة واحدة، ببعض الأعمال الشخصية، هو أن تبعده تمامًا عن المسار الصحيح... ابذل جهدًا حتى الإنهاك، مدّد قوتك إلى أقصى درجة، ولكن توقّع العمل الفعلي للخلاص من الرب وحده".

ففي عملهما، أخذا التقليد القديم وأخضعاه لفكر لاهوتي دقيق جدًا. ولكونهما حذرين من الوقوع في التصوّف، شدّدا على شعور الخطية وهبة النعمة والتي هي ليست أبدًا نتيجة لمجهوداتنا النسكية وحدها، وإن كان غير ممكنًا أن نتقبّل أي شيء بدونها. وقد قال ثيؤفان: "إن جوهر ممارسة صلاة يسوع يتركّب من اكتساب عادة إبقاء الفكر في القلب، بدون تخيُّل أية صور، والإيمان الراسخ أن الله قريب، وهو يرى وينصت".

لقد أشار كل من إغناطيوس وثيؤفان إلى ثلاثة مراحل لصلاة يسوع:

إنه من "الصعب" في البداية، لأجل جهد الإرادة الذي يشمل إعطاء النفس بالكامل، ولكن عندما تأتي استجابة النعمة، تصبح الصلاة "تلقائية". وأخيرًا، عندما لا تعود الكلمات تُنطَق، تقود الصلاة إلى "التأمل".

بالنسبة لثيؤفان، إنها مسألة إعادة خلقة حقيقية حيث يقول "يدي الله قد لمست كياني؛ فمن ثَمَّ يُعاد توحيد العقل والقلب والجسد ليؤلفوا وحدة كاملة، التي فيها يُغمَرون في الله."

يصر ثيؤفان، أكثر من أي معلم آخر، على أهمية "الشعور" بالحضرة، لأنه يعرف، بسبب التغلغل والاختراق المشترك غير المنفصل بين الجسد والنفس والروح، أن كل شيء يسير من خلال الجسد بالنسبة للبشريين. ونقيض ذلك لا يمكن إلا أن يكون عُرضة للشك في ديانة تقوم على التجسُّد. فإذ كان ثيؤفان قد أخذ أسلوبًا نقديًا نحو الطرق العقل-جسمية، فذلك بسبب حركات "الروحانيين Spiritualist" التي كانت موجودة في عصره، ولأجل المخاطرة الموجودة دائمًا من الاستخدام الميكانيكي لهذه الطرق، والتي ترنو إلى نتائج كغاية جهاداتنا الطوعية. هذا الشك المبرَّر لم يوقفه من اتخاذه هو لنفسه بنصائح الآباء حول الطريقة الهدوئية في طريقة الجلوس والتنفُّس، والاتحاد الجسمي للعقل والقلب، والدفء المحسوس في الصدر، والأهمية العظمى "للشعور" والتي من خلالها "تبدأ كل ديانة".

إن التاريخ لا يملك موضوعية كافية لكي يتحدث عن قرننا. فبالتأكيد يوجد

أناس منقوعين في الصلاة في الجبل المقدس في أثوس، وفي روسيا، وفي أنحاء أخرى من العالم، مدفونين دائمًا في صمت مغائرهم وقبور وقتنا الحالي، أساتذة روحيين حقيقيين غارقين في النور الإلهي، الذين لن نعرف أسماءهم أبدًا. ولكنهم لا ينقطعون عن أن يقيتوا العالم سريًا بدون معرفتنا، لأننا نعيش فقط من خلال صلاة القديسين.

ومع ذلك، عرفنا اثنين منهم إذ تركا لنا تعليمًا، وهما: الشيخ القديس سلون Startes Silouan (١٨٣٨م) وتلميذه الأب صفروني Fr. Sophrony. عاش صفروني إلى وقت قريب في دير أنشأه هو في إنجلترا، حيث شارك الرسالة التي تقبّلها من سلوان. عاشا الراهبان معًا في جبل أثوس في صداقة روحية استمرت إحدى وعشرين عامًا. أتي المسيح إلى سلون في اختبار ظلمة شيطانية، وفي عمق اليأس وإحساس التخلّي، وأصبحت كلمة الله التي كلّمته حينئذ هي النور لكل حياته وأعماله: "احفظ روحك وسط الجحيم ولا تيأس!".

هذا النور يشتعل أيضًا في ظلام عصرنا اليائس بوجه عام، حيث توقّفَ الناس، البعيدين بالكامل عن كل توبة، والتائهين أكثر عن أي وقت مضى، عن الإيمان بالقيامة. وهذا تقريبًا هو دينونة ذاتية واعية تحكم بالعودة إلى العدم، ذلك الذي يملأ النفس المعاصرة بالكآبة. ولكن "لا تيأس" كما قال المسيح لسلوان، لأنه عند حافة هذه الهاوية يقف الرب بحبه الهائل لنا.

هذا الوعي هو بالضبط المكان الذي تمد فيه كل الصلوات جذورها وتجعل الطريق نحو النور ممكنًا. إن قبول جحيمنا -ولكل منا جحيمه الخاص- عائشين

بالكامل ما أُعطي لنا لنحياه هنا والآن بدون يأس، حتى في حب ذاك الذي يصلبنا، يبيد كل ألم فينا فتتحرّر قلوبنا لتستقبل الحب الإلهي، ونتشكّل أكثر وأكثر إلى المسيح الذي مات وقام. ويكتب الأب صفروني: "خارج اختبار الانحدار إلى الجحيم هذا، من المستحيل حقًا أن تعرف ما هو حب المسيح، وما هي جلجثته وقيامته". إنه من "المستحيل"، لأن هناك هو المكان حيث نجد الأساس والمعنى للاتضاع الذي بدونه تكون هذه الصلاة بلا فائدة بل خطرة أيضًا. عندما انحدر سلوان إلى فراغ يأسه إلى درجة باب الموت، "ظهر له المسيح بقوة عظيمة، وأشرق عليه النور الإلهي، وملأته نعمة الروح القدس بالتمام، وملأت جسده أيضًا؛ واستولت عليه الحياة غير المخلوقة، والتحف باتضاع المسيح غير الموصوف. إن الاتضاع هو النور الذي به يمكننا أن نرى نعمته".

عندما نصلي في جحيمنا، ليس بطريقة سطحية أبدًا أو مجرد سلوك خارجي. نحن ندعو الله، أحيانًا بدموع من أعماق قلوبنا؛ ثم يتحد فكرنا مع قلبنا. حتى ولو للحظة وجيزة، فإننا نستطيع أن نختبر إعادة الاتحاد النادر هذا فينا ونعرف كيف نجده مرات أخرى، بفضل صلواتنا. "إن دموع الندم أثناء الصلاة هي مؤشر واضح لانصهار العقل نحو القلب، وعلامة على أن الصلاة قد أتت إلى مكانها الصحيح؛ ولهذا يضع النسّاك الدموع في مكانة عالية". هذه، بالطبع، دموع التوبة، فنحن نبكي على تغرُّبنا عن الله، إذ يكمن السبب الحقيقي وراء معاناتنا في هذا الانفصال.

كان سلوان رجل صلاة. وقد رافقته صلاة يسوع ليلاً ونهارًا، وأرانا أن هذا التصور ليسوع، والذي تخلِقه الصلاة في الفرد الذي يمارسها، يقودنا في نفس

الرحلة التي قام بها يسوع من خلال المعاناة والموت ومن الجحيم نحو القيامة. فقد قال يسوع: "أنا هو الطريق"، ولا يوجد طريق آخر بجانبه. "لا أحد يأتي إلى الآب إلا بي" (يو١٤: ٦). ولكن إذا كان الرب قد تجلّى، فنحن أيضًا سنتجلّى الآن، على هذه الأرض، مادامت طموحاتنا الحميمية مشابهة لطموحه. على هذا الطريق، توجد واحات كثيرة من النور في قلب الظلام الدامس. الطريق والصلاة ممتزجان معًا، ولأن طريق هذه الحياة هو ثابت ودائم، فكذلك أيضًا يجب أن تكون صلاتنا.

ممارسة صلاة يسوع

وَأَمّا أَنْتَ فَمَتَى صَلّيْتَ فَادْخُلْ إِلَى مِخْدَعِكَ وَأَغْلِقْ بَابَكَ، وَصَلِّ إِلَى أَبِيكَ الّذِي فِي الْخَفَاءِ.

مت٦: ٦

تحتوي صلاة يسوع على كل شيء: السماء والأرض، البشر والله؛ إنها جوهر كل علم اللاهوت theology كما هي جوهر كل علم الإنسان anthropology، إنها نواة الكتاب المقدس، هي طريق من الحب تتلاقى فيه البشرية مع الله. إنه مكان الشركة الحميمية العميقة. إن هؤلاء الذين حكموا على الرهبان الهدوئيين في يومهم بلقب "المحدّقين في السُّرَّة navel gazers" لم يقدروا أن يصفوهم أفضل من ذلك! لأنه بالتركيز على المركز الأعمق للفرد، نهرب بشكل متناقض من أنفسنا لنحصل على سُرَّة (مركز) الكون، بيت الحياة الساطع. إنه إلى هذه النقطة المركزية أن الحياة تدعونا كل لحظة، وليس مجرد مرة كل كثير. ولهذا السبب تهدف صلاة يسوع أن تكون دائمة، وأن تحتل الوقت بأكمله.

إذا كانت الصلاة حقًا هي فقط التي لها القوة على إيقاظ وتعميق الروح فينا، وهي فقط التي تجعلنا أناسًا أسمى من الجسد والنفس، فبالتالي يصبح فقط الشخص الذي يصلي إنسانًا عاديًا. ولهذه الحقيقة، تصبح الصلاة أعلى من كل شيء آخر، وقبل كل شيء آخر، ويجب أن ترافق أي شيء آخر. وكما قال السائح الروسي: "لا يمكن أن يكون هناك أي شيء صالح بدونها". إن صلاة يسوع هي الممارسة التي توضّح لنا هذا الطريق، كما قال السائح: "إنها الابتهال المستمر وغير المنقطع لاسم يسوع على الشفتين، والقلب، والعقل، مع الشعور

بحضوره، في كل مكان، وفي كل زمان، حتى أثناء النوم: ياربي يسوع المسيح، ابن الله، ارحمني، أنا الخاطئ'!".

إنها بسيطة لأقصى حد ممكن، ومتاحة لأفقر فرد كما هي متاحة لأعظم متأمل، هذه الصلاة تقودنا نحو اختراق أعمق الأسرار. إنها تجعلنا سواحًا في رحلة نحو أرض الموعد -والتي هي، قبل أي شيء؛ قلبنا- سواء كنا نعمل في الحقل أو في المصنع أو في المكتب أو ننظّف المنزل أو نتسوّق في المحلات أو خلف عجلة القيادة في السيارة، سواء منطرحين على سرير المرض أو في أفضل حال من الصحة. لا يوجد عمل أو موقف لا يمكنه أن يجعل نفسه متناغمًا معها ولا يمكنه ألا يشرق بنور جديد كليًا.

إن الذين اختاروا صلاة يسوع كطريق لحياتهم ليس لديهم أية اهتمامات أخرى -أو بالأحري، كل اهتماماتهم الأخرى وجدت معناها وتحقيقها في الصلاة. تمامًا مثل أولئك الذين يعملون في مهمة عظيمة، يجدون أنفسهم أُمتَصوا بالكامل فيها، هكذا من يمارسون الصلاة يحصرون أنفسهم في يسوع، جاعلينه ديرهم، ناظرين وعائشين كل شيء فيه ومن خلاله. إلى هؤلاء الناس يمكننا أن نوجّه لهم في أي لحظة ذاك السؤال الذي طرحه يسوع على تلاميذه الأولين: "مَاذَا تَطْلُبَانِ؟" (يو ١: ٣٨)، وستكون إجابتهم بحق: "يسوع". هذه الحصرية التامة، والتي تحقّق وحدها أعمالاً عظيمة، توحّدهم، ويصير كل شيء بسيطًا، لأن، بالنسبة لهم، يسوع هو مادة كل شيء، "ٱلْحَقُّ وَٱلْحَيَاةُ" (يو ١٤: ٦)، حل كل مشكلة، واستيفاء كل شيء موجود.

إن الصلاة الداخلية المستمرة المصونة بهذا الوعي لا تتوقف عن أن تعمِّق وتحوِّل نفسها. هذا الإدراك للحضور الذي لا قاع له يقود إلى اختفاء الأفكار،

خاصة رغباتنا المتعددة، الرمز العظيم للأنا (الذات). وعندئذ، مثل الزيت، يملأنا الاسم القدوس بحضوره.

وكما يخترق الزيت الورق ويجعله شفافًا، هكذا نحن أيضًا نصبح شفافين. ويُخلَق مناخ داخلنا ومحيط بنا. ولكن فور ما نفقد الاتصال بهذا الشعور القوي الذي ليس هو عبارة عن شعور عاطفي، يكون هناك احتياجًا. ويصبح كل شيء معتمًا، وبسرعة نصبح مرة أخرى sleepwalkers كأننا سائرين ونحن نائمين. هذا يعني إنه يوجد طريق حياة حقيقي في المسيح، طريق للوجود ولفهم كافة الأشياء فيه، طريق للتعامل مع المشاكل التي تبدو دنيوية في هذا النور. إن صلاة يسوع تقودنا هكذا في تأمل.

في البداية، تُنطَق الصلاة بشفاهنا، وتقريبًا بإيقاع سريع، ولكن مع المداومة على وضع قلبنا وعقلنا فيها، وبحب نركّز انتباهنا في الله، فتمتص كل كلمة من كلمات الصلاة وعينا بالكامل.

في أوقات أخرى، بحسب الظروف الخارجية أو إذا كنا متعَبين، يمكن أن تقال على فترات طويلة نتذوق فيها ببساطة هذا الشعور من الحضور الذي لا يفارقنا أبدًا، فنشبه بالأكثر عصفورًا يضرب بجناحيه مرة ثم يدع نفسه ينزلق في الهواء في فعل من التخلّي. تمامًا مثل هذا العصفور الذي يكتشف أنه لا براح تحته، هكذا نحن، من خلال الصلاة، نكتشف الحضور الذي يفوقنا ويرافقنا، يحملنا ويسلب لبّنا نحو الدوائر الإلهية؛ تلك الدوائر ليست من هذا العالم، ومع ذلك هي فيه، في وسطه، هنا والآن. إن اسم يسوع هو إعلان عن أبعاد جديدة داخلنا ومحيطة بنا. ففي الإنجيل، عندما قال الأعميان -اللذان هما نحن اليوم – الصلاة، اقتبلا النور ورأيا، والعالم أعلن نفسه لهما (مت٢٠: ٣٠-٣٤، لو١٨: ٣٨).

ولكن إذا لم يصبح الكون كله نورًا لنا يومًا ما، فيجب علينا أن نبدأ، بحسب دعوة المسيح نفسه، بالنزول في سرداب قلبنا حيث توجد الشرارة الإلهية، والتي بالعزلة يمكن أن تتحول إلى نار.

في أحد الأيام، اقتبل الأنبا أرسانيوس -أحد عمالقة الهدوئية في الأزمنة المبكرة- من الرب نفسه هذا القول الذي أصبح الأساس لصلاته بالكامل: "اهرب، اسكن، احفظ الذكر". هذه هي الثلاثة مستويات للصمت. ففي بداية الحياة الروحية، يوجد أولاً انفصالٌ، ذاك الذي يجرّدنا من كل الأشياء غير النافعة، ثم يرينا أمورًا لا غنى عنها ولا بديل لها، ثم في النهاية يغيّر وِجهة وجودنا. هذا الانفصال هو ضرورة جسدية: فنغوص في العزلة التي تغير كل شيء جذريًا. وعندما تنفتح هذه المساحة الجسمية، تصبح أيضًا حقيقة داخلية نستطيع أن ندخلها حتى في وسط الضوضاء. إنها تخلق حالة من حالات النفس محصّنة ضد كافة الأشياء وغير مبالية تجاه إغراءات العالم. في هذه الخلوة الداخلية تبدأ حقيقة احتلال الهدوء. هذه المعركة تستمر طيلة الحياة وتقود إلى كبح الأفكار الشريرة، لأن فيهم -كما قال أوريجانوس- "مصدر وأساس كل خطية". إن كل فكر يقدم نفسه يجب أن يُسأَل: "هل أنت معنا أم علينا؟" وبناءً على الإجابة، إما أن يتلاشى أو يتجلّى بواسطة الصلاة. هذا هو النسك الصارم والذي بدونه لا توجد لا صلاة ولا هدوء. هذا الإيمان الراسخ متفق عليه من قِبَل الآباء الذين يكرّرونه بطرق عديدة.

عندما يصبح الهدوء العقلي مؤثرًا، فإنه ينتج تذكُّرًا، نزولاً داخل القلب حيث يصبح الهدوء "السكون" الذي وصفه القديس إغناطيوس الأنطاكي بأنه ميلاد يسوع المسيح. فمع هذا الهدوء تولد أيضًا صلاة يسوع فينا. وبهذا التذكّر، يصبح كل شخص منصتًا، وهذه هي الطريقة العظمى التي قررها الكتاب

المقدس: "شمْع إسرائيل-اسمع يا إسرائيل!" السلوك الذي يشمل سمات الهدوء الثلاثة: "اهرب، اسكن، احفظ الذكر" في تقدُّم مستمر نحو عذراوية الهدوء وخصوبة الهدوء. عندما نكون في الهدوء الكامل، وقتها فقط يستطيع الآب أن يلد الكلمة فينا ونستطيع نحن أن نسمعه: "هذا هو ابني الحبيب، له اسمعوا!" (لو٩: ٣٥). وسينزل هو إلى "سرداب قلبنا" كما نزل سابقًا في المذود الذي في بيت لحم. ولكنّ مساحة الهدوء المتاحة في العالم لن تكون ممكنة بدون هدوءنا الداخلي: إن هدوء بيت لحم كان أولاً هو هدوء مريم العذراء.

إن هذا الهدوء سيجد سياقه أولاً في بيوتنا بشكل خاص: "ليت بيتك يكون كنيسة" يقول القديس يوحنا الذهبي الفم. وكما يوجد في الهيكل قدس الأقداس، هكذا في البيت يجب أن يكون هناك "الزاوية الجميلة" كما يسميه الروس الأرثوذكس وبها: أيقونة أو أكثر، شمعة، بساط، مقعد أو كرسي صغير. إن أيقونات "زاويتنا الجميلة" تذكرنا باستمرار بالاتصال العجائبي بين الصلاة الشخصية والصلاة الليتورجية: إنها نفس الحياة التي نحتفل بها هنا وهناك. الفعل الأكثر انفرادية لصلاة يسوع، والذي أُهمِل من الكل، هو أيضًا الفعل الكنسي في مستواه السرائري الأعلى. ها هو لهب شمعتنا يذكّرنا في أي مستوى من اليقظة يجب أن نكون في حياتنا اليومية، وبأية نار يجب علينا أن نشتعل لأجل العالم.

هكذا، إن المسألة تدور حول الذهاب هناك مرة أو مرتين في اليوم، أو أكثر على حسب ما تسمح به ظروف كل فرد، وتعتمد كليًا على قرارنا، والذي بدونه لن نحصل على شيء -لا حرية، ولا طريق، ولا شخص، ولا إحساس بالحياة. لن يستطيع أي إنسان أن يحل محلنا؛ الذي أخذه مرة سيأخذه دائمًا بعد ذلك، ولكن هو قرارنا فقط الذي يخلق وجودًا، يجعلنا نولَد في أنفسنا، ويشيِّد

أعماقنا، ويمنحنا محورًا، وتوجُّهًا. من خلال قرارنا، كل شيء يصبح محفَّزًا، وبه، أي بالانتباه، هذا الجوهر الذي للحياة الهدوئية يصبح ممكنًا. إن القرار يستولى على كياننا كله ويشير في كل لحظة إلى حال أولوياتنا. وطالما لم يكتمل إقرار تبعية المسيح كليًا بداخلنا، مجدَّدًا كل يوم، لن يكون هناك ضمانًا للوفاء أو عدم الخيانة تجاه الوقت المحدد الذي نريد أن نكرّسه عادة لتأملاتنا. ولهذا السبب، إن قرارنا يؤكد نفسه طالما كان مقترنًا بصحة تعهُّدنا والتزامنا. لنا الحق ومطلق الحرية في أن نكون مثل يهوذا المنتحر أو مثل القديس يوحنا الذي يرتاح على قلب المسيح، ولكن يجب أن يكون قرارنا بوعي! إن هذا المطلب أساسي: في هذا الطريق، لا يمكننا ببساطة أن نقوم هنا أو هناك بممارسة صغيرة بجانب جميع ممارساتنا للأنشطة الأخرى كلما أحببنا ذلك؛ ولكن يجب على الشخص أن يكون كليًا معنيًا بذلك. إن الصلاة ليست إضافة لبقية حياتنا، ولكنها تخصِّب الحياة كلها. إن الله لا يأتي إضافةً على الأشياء الأخرى: "مَنْ لَيْسَ مَعِي فَهُوَ عَلَيَّ وَمَنْ لاَ يَجْمَعُ مَعِي فَهُوَ يُفَرِّقُ" (مت ١٢: ٣٠).

يجب على كل الأشخاص أن يجدوا إيقاعهم ويضبطوا أنفسهم مع انتظامه؛ من الواضح أنه لا يوجد حدّ، لأن هدف صلاة يسوع هو أن تصبح دائمة. إن كثيرين يتلونها نصف ساعة كل صباح ومثلها في المساء. فمبرر "ضيق الوقت" لا يعمل هنا: فإن الصلاة مغذية ومجددة أكثر بكثير من النوم. إن البحوث الحديثة تخبرنا أن نصف ساعة في التأمل مساوية لثلاث ساعات من النوم. من ثم نستطيع الآن بدون أعذار أو خوف أن نقطع نومنا أثناء الليل. وحينئذ يمكننا أن نكتشف بمفاجأة، إذا احترفنا صلاة يسوع في كل لحظاتنا المتاحة؛ الترحال، تناول الغذاء، أوقات الاستراحة خلال اليوم وكل اللحظات الأخرى التي يكون العقل فيها خاليًا من التفكير إلى أي مدى ستزداد هذه الأوقات وكيف ستكون خصبة بصورة غير اعتيادية! إن هؤلاء الذين لا يعملون عملاً

ذهنيًا هم في وضع خاص إذ يمكنهم أن يدَعوا أنفسهم للتحرك دائمًا بالصلاة في نفس الوقت الذي تكون أجسادهم مشغولة بشيء آخر.

إن هذه اليقظة خلال اليوم هي أيضًا مستمرة خلال فترة نومنا، لأن الليل يجلب نعمة خاصة. إن كل الرهبان يعرفون هذا جيدًا، ولذا، يقومون في الليل ليصلوا. لماذا يحرم الأشخاص العلمانيون أنفسهم من هذه النعمة؟ إن الإنجيل يتحدث للجميع، وكل فرد مدعوّ، سواء كان راهبًا أو شخصًا علمانيًا، إلى نفس القامة من القداسة. ففي التقليد المسيحي القديم، توجد روحانية واحدة فقط بدون تمييز؛ فإن الأساتذة العظام مثل القديس نيل والقديس يوحنا ذهبي الفم استنتجوا أن كل ممارسات الرهبان يجب أن يعملها أيضًا الناس الذين في العالم: "قم في منتصف الليل. لأن النفس أثناء الليل تكون أنقى، وأخف، وأكثر عشقًا لسيدك".

أما اليوم، فتلك الإيقاعات البشرية ليست بعد هي إيقاعات المجتمع الريفي المنظّم بواسطة الشمس والطبيعة؛ إن الصلاة في وقتنا الحاضر كالنسك، يجب أن تحدث في أعماقنا لكي تنقذ الناس المنهَكين بالتكنولوجيا والمدنية. فإذا كانت الحياة الروحية لا تزال مستندة على نفس المبادئ، فهي الآن معبَّر عنها في وجودٍ يعاني تحت ثقل العمل الشاق، وسيكون شيطانيًا أن يُضاف على ذلك مطلب جائر آخر.

إن صلاة يسوع تجعل من السهل علينا أن نقبل الحياة المعاصرة كجَهْد نسكي، فهي تصنع من الحياة تجلّيًا أكثر من أن تميتها، مقدِّمة إليها تحررًا ضروريًا لتجسُّد النعمة. بهذا الإحساس، تضعنا الصلاة في شكل من الانفصال الداخلي وسط العالم: ارتباط أو انفصال، تجسُّد غرضه أن يجعلنا إلهيين. إن كل إنسان في هذا العالم، بأصغر التفاصيل، ولكن لن بحسب ميوله أو ميولها

الشخصية، بل بحسب تلك التي لأمير الظلمة، هو "قتالاً منذ البدء، أبو الكذب" (يو٨: ٤٤). إنه في هذ الظلمة يحدث انفصالنا، انفكاكٌ ما يكون يقظة نشطة بشكل أوّلي، تحالُفٌ مع العالم الذي هو دائمًا في صراع. فيصبح نسك الصلاة والانتباه دائمًا وثابتًا، ويندمج الاثنان معًا، لأن المعركة هي بدون توقُّف: "اصْحُوا وَاسْهَرُوا لأَنَّ إِبْلِيسَ خَصْمَكُمْ كَأَسَدٍ زَائِرٍ، يَجُولُ مُلْتَمِسًا مَنْ يَبْتَلِعُهُ هُوَ" (ابط٥: ٨).

يرمز الليل بالتمام إلى كل من ظلمة العالم وحالة السير ونحن نيام. إن كسر هذه الحالة التي تبدو عادية لنا "بحسب الإدراك البشري" يمكنه أن يقدِّمنا إلى عملية تعديل جذرية لكياننا بأكمله، الجسد-النفس-الروح. هذا هو التحوُّل (الميطانية) الذي يفتح لنا عالم النور. ليست المسألة في محاكاة الرهبان والصلاة نصف الليل، ولكن المسألة تكمن في غلبة الظلمة بصبر، لكي، في وقته، يمنحنا الرب النعمة لكي "ننام، لأن هذه هي حاجة الطبيعة، بينما يظل القلب يقظًا بحب مجنون" (القديس يوحنا كليماكوس). ويصبح الليل حالة من الوعي السري المتزايد والذي يساهم بقوة في تغيير وتشكيل حياتنا.

نلاحظ عناصر عديدة في هذه الممارسة:

- الأولى، لكي يكون النوم مفيدًا، يجب أن يكون معتدلاً: لأن النوم الزائد عن الحد يعتبر إهانة للنفس ولله.

- ثم يجب أن تتعلم كيف تنام، بدون أن تمر على كل عقبات ومقلقات يومك، ولكن ضعهم بثقة في يدي الله. وهذا يعني أن تخضع نفسك له بدنيًا: هدِّئ الجسد تمامًا، تنفس بعمق، بطِّئ الزفير قليلاً قليلاً، دعه يصبح أبطأ وأطول بدون أي جَهْد إرادي. وعندما تتحقق تلك الحالة من الاستسلام الكامل، ينفتح اللاوعي. ومن ثم نستطيع أن

نبدأ تلاوة صلاة يسوع ببطء ونسمعها تتردد داخلنا مثل الهدهدة، وأكرر ثانية بدون تدخُّل إرادتنا. ثم نسقط في النوم والصلاة تملأنا بالكامل، مثل الإسفنجة عندما تمتلئ بالماء، في كل من اللاشعور الطبيعي والنفسي. وبعد التدريب فترة من الزمن على هذا، يحدث أحيانًا أن يستيقظ أحد في منتصف الليل ويسمع في أعماق جسده ونفسه الصلاة مستمرة بذاتها. ومن ثم يصبح النوم شفافًا. فإن "اللاوعي" المملوء بالنعمة يعمل عملاً غير عادي!

- ولكن قبل الإتيان إلى هذه المرحلة، ولكي نرافقها بعدئذ، يجب على الفرد أن يقوم في الليل ويكسر هذه الظلمة القاتمة. حتى ولو كان مجرد شعاع من النور فقط يستمر لبضع دقائق، هذا سيكفي: ستنفتح نافذة في نوم هذا الشخص وستتبعها أخريات في الداخل. يمكن ضبط المنبّه على الساعة الثالثة صباحًا، ونتلو لفترة صلاة يسوع مرارًا وتكرارًا. ثم نعود للسرير، ونرتاح ثانيةً وندخل في عملية النوم التي وصفناها من قبل. ومن ثم نستطيع ليلة بعد الأخرى، قليلاً قليلاً، أن نغطي مسافات التشويش داخل ظلمتنا، ونودِع هناك الحركة الديناميكية المتفجرة التي كانت للمسيحيين الأوائل: "اسْتَيْقِظْ أَيُّهَا النَّائِمُ وَقُمْ مِنَ الأَمْوَاتِ فَيُضِيءَ لَكَ الْمَسِيحُ" (أف٥: ١٤). هذه هي ديناميكية كل الحياة الروحية، العبور من الموت إلى الحياة.

- أخيرًا، إن القيام دائمًا بفرح في الصباح هو جزءٌ من الحكمة المألوفة، ولكنها أيضًا حكمة إلهية. يوم جديد قد أُعطي لنا لكي نحيا فيه. ولكن ما نوع هذه الحياة؟ لقد قبلناها، ولكن ماذا نعمل بها؟ هذا هو المكان حيث يبدأ كل شيء، بين الظلمة والنور، بين الذهاب إلى

السرير والقيام في الصباح. لمن، ولأي شيء؟ إن القرار المأخوذ مرة وللأبد، والذي يخلق طريق وجودنا، يتجدد ويتركز كل يوم ويضعنا داخل محورنا الأصيل؛ إنه يوجّه يومنا كله بكل التفاصيل التي يحتويها. حتى ولو كنا في اللحظة التي نحيا فيها هذا الاختبار غير واعين لذلك، فما يهم هو هذا العزم العميق للبدء، حيث هناك يمد كل فعل جذوره. إن كأس الزهرة ليس واعيًا دائمًا بجذوره، ولكنه مع ذلك يتقبل منها الغذاء في كل لحظة! إن العمل اللاواعي المتدرب أثناء الليل سيسمح لنا أن نتقبل اليوم في نفس حالة التسليم المملوء بالثقة: "هئنَذَا أَجِيءُ لأَفْعَلَ مَشِيئَتَكَ يَا اللهُ" (عب١٠: ٩، مز٤٠: ٩). إن الاستسلام الذاتي الكامل والشكر سيكونان حينئذ الستار الخلفي لتكرار صلاة يسوع من اللحظة التي نستيقظ فيها. ويجب علينا أن نتشبّث بها ولا نُرخِها أثناء عمل آلاف الإيماءات الصغيرة؛ في وقت هندمة أنفسنا في الصباح، خلال أوقات الإفطار، وأثناء أعمالنا اليومية وتحرُّكاتنا. إن الصخرة الثابتة التي نبني عليها أساس رحلتنا هي الوقت الذي نكرّسه حصريًا للصلاة، سواء كان في الصباح أو المساء أو كليهما. إن مكان هذا اللقاء المملوء محبة هو "زاويتنا الجميلة". لا شيء في هذا العالم ينبغي أن يبعدنا عن هذا اللقاء، لأن الله ينتظرنا هناك ويبحث عنا مثل خطيب حتى من قبل أن نأتي إليه. "قُومِي يَا حَبِيبَتِي، يَا جَمِيلَتِي وَتَعَالَيْ... أَرِينِي وَجْهَكِ، أَسْمِعِينِي صَوْتَكِ" (نش٢: ١٣-١٤).

إن تحويل الصلاة إلى رغبات المرء الوقتية يعني أن إيماننا لم يفهم أي شيء عن الحقيقة غير الموصوفة للعلاقة بين الله والبشر.

إنه هو هذا الحضور الذي يهيمن على كل سلوكياتنا عندما ندخل المكان المقدس وأثناء الصلاة. نحن نُنتَظر، يُبحث عنا، ونُحَب من قِبَل الحب المدهش الذي للواحد الذي هو بالفعل هناك. هذا الوعي الحي يولِّد "الارتعاد أمام القدوس"، ولا نفعل أي حركة بطياشة. إنه يسمى طقس (شعيرة)، مثل إيماءات الرأفة والتقارب التبادلي الذي يختبره الحبيبان عندما يتودد كل منهما للآخر. فإذا كان الطقس فارغًا أغلب الوقت، فذلك لأن هذا المحتوى الهائل فقير! ومع ذلك فإن الليتورجية هي هذا فقط، وكل حياتنا يجب أن تكون هذا الاختبار أيضًا.

إنه يبدأ وجهًا لوجه في سر الانفراد. إن جسدنا هو هيكل هذا الطقس وأيضًا الحجرة الزيجية لهذا اللقاء. نقترب إلى الله بجسدنا أولاً. فبمفرده هو أقوى كلمة نخاطب بها خالقنا، سواء كانت هذه الصلاة الجسدية عبارة عن صرخة ألم أو أغنية حلاوته: قبر الجسد أو سجن الجسد كما يدعونه اليونانيون، وجسد الموت بحسب القديس بولس، جسد هالك بسبب المعاناة أو بسبب الخطية. يحمل كل جراحات الحياة اليومية، ولكن بنفس القدر هو جسد غض وجميل، علامة كل ما وُعِد به للبشرية حاملاً كل رجائها.

من خلال الصلاة، يجعلنا هذا الوعي ننمو داخل جسد المسيح حيث نحل شفرة المعنى الكامل لهذه "الكلمة" التي هي جسدنا. من خلال المسيح الذي فيه "يحل ملء اللاهوت جسديًا"، يُقَدَّم الجسد اللحمي إلى قلب الثالوث الإلهي، ويصبح جسدنا مسارًا لامعًا، وسرًا مقدسًا للواحد الذي تجسد فينا. وعلى الطريق، يعبِّر الجسد عن سر الشخص، ويعيش أسرار المسيح حتى يمكنه أن يولَد للحق الإلهي. لقد أخذ الله جسدًا ليختبر البشرية، والبشرية إنْ عاشت جسدها كليًا، تختبر الله!

على هذا المنوال، يكف الجسد عن أن يكون غريبًا. فنحن لا نملك الجسد كشيء: ولكن إلى الحد أننا نحن جسمنا، نحن نتحد به ونختبر فيه كل امتلاء الكلمة التي يعلنها لنا. ننتقل من جسد نمتلكه أو يمتلكنا وآخرين، إلى جسد ذبيحة احتفال، جسد ليتورجي على نفس طريقة التجلي، مشابهًا لجسد المسيح.

إن وعي جسدنا يكون ممتلئًا بهذا الجهد عندما نأتي إلى موضع تأملنا من أجل هذا الميلاد. وبما أن جسدنا هو طريقة وجودنا هنا في العالم، فإنه يكون من خلال طريق الوجود هذا أن نجعل منه مدخلنا إلى الصلاة، والذي بطريقة واقعية جدًا يضع النفس بالكامل في هذا التدريب. وتأتي الشفافية فقط بهذه الكُلفة. "يجب على كل فرد أن يختار طريقته التي ستعمل معه على أفضل وجه"، كما كتب ثيؤفان الحبيس. "إن انتباه النفس يعتمد أيضًا على الوضع الملائم للجسد".

إن الآباء الهدوئيين أعطونا ثلاث طرق للجلوس أثناء الصلاة:

(١) وضعية إيليا النبي (١مل ١٨: ٤٢). فالكتاب المقدس يصف هذه الوضعية بهذه الطريقة: "خَرَّ إِلَى ٱلْأَرْضِ، وَجَعَلَ وَجْهَهُ بَيْنَ رُكْبَتَيْهِ". إن القديس غريغوريوس بالاماس ينصح بهذه الطريقة في الجلوس للمبتدئين ويقول "الأكثر كمالاً اتخذوا هذه الطريقة أثناء الصلاة وجذبوا لأنفسهم جود الله... إن إيليا نفسه، وهو أكمل من رأوا الله، وقد أسند رأسه على ركبتيه، وحّد هكذا بجهد عظيم روحه داخل نفسه، وضع نهاية للجفاف. هذه الوضعية معروفة لدي المسلمين وحاليًا تُمَارَس في اليوجا تحت اسم "الورقة المطوية folded leaf" وهي: الجلوس بين الكعبين، والانحناء للأمام حتى تلامس الرأس الأرض، وتكون الجبهة مضغوطة تجاه الركبتين؛ والذراعان مستندين على الأرض، على

جانبي الرجلين، وراحتا اليدين نحو السماء؛ إن الجسد يكون مطويًا إلى ثلاث: الفخذان على الرجلين، والصدر على الفخذين.

(٢) وضعية انثناء الجسم. يجلس الفرد على كعبيه، على مقعد صغير أو على بطانية موضوعة على كعبي الشخص، ونحني الجزء الأعلى من الجسم إلى أن تكون الذقن تجاه الصدر، ويكون جذع الجسم ملفوفًا إلى نصف دائرة، "في شكل متحد يعطي حسًا للاستمرارية كمثل عَجَلَة" (ديونيسيوس الأريوباغي Dionysius the Areopagite). "ليس فقط سيجمع الإنسان نفسه خارجيًا ليلائم حركة داخلية يطلبها لأجل روحه، ولكن في إعطاء هذه الوضعية لجسمه، سيرسل نحو داخل القلب قوة الروح التي تفيض إلى الخارج". وبالفعل، "تعود الروح إلى نفسها، فإن حركتها تكون دائرية، وذلك هو نشاطها الأصيل" (غريغوريوس بالاماس).

إن هذه الوضعية تُرى بوضوح في أعمال الرهبان الهدوئيين الذين يضبون أن يقهروا "قوة الوحش" من خلال إذلال الجسد. فالذي كان ممكنًا لرجال الأقوياء في فترة أخرى، المفعمين بالحيوية من خلال الاتصال بالطبيعة وتحت إشراف أب روحي، ليس مناسبًا لقاطني المدينة الذين تَلِفَت أعمدتهم الفقرية بسبب وسائل المواصلات الميكانيكية. وبالرغم من ذلك، إذا اتخذ أحد هذه الطريقة في الجلوس، فيجب عليه أن يكون بنصيحة وإرشاد أحد الشيوخ الروحانيين وللحظات وجيزة فقط.

(٣) الجلوس على الكعبين أو على مقعد صغير. على ركبنا على بطانية، أطراف القدمين تغطي برفق أحدهما الآخر، ونجلس بين الكعبين. يمكن أن تكون الركبتان مضمومتين أو بينهما مسافة. في البداية، يمكن أن نضع ما بين الكعبين وبين الأرداف وسادة أو بطانية وبذلك سيكون الجلوس أقل ألمًا، أو

يمكن الجلوس على مقعد صغير يكون منخفضًا للدرجة التي يستطيع فيها المرء أن يجلس على كعبيه.

طريقة الجلوس هذه، هي غالبًا الأكثر تقليدية وربما الأكثر قبولاً عند الجميع. وما هو أكثر أهمية هو الجلوس باستقامة. كما يقول ثيؤفان الحبيس "كن مثل وتر الكمان، مضبوطًا على النغمة الموسيقية الصحيحة، بدون توتر شديد أو تراخٍ شديد"؛ "الجسد مستقيم، والكتفان مرتاحان".

إنّ أسهل طريقة لإيجاد الوضع الرأسي المضبوط مع مركز الثقل في البطن وليس في الصدر أو الأكتاف، هو أن تميل للأمام حتى تلمس الجبهة الأرض، ثم تعود ثانية إلى الوضع الرأسي بأن تبسط العمود الفقري، فقرة فقرة. وعندما تصل إلى الرأس، شِد العمود الفقري قليلاً ثم دعه يأخذ موضعه ثانية دون أن ينطوي نحو الأسفل أو يصبح متيبسًا في الأعلى. يجب أن يكون العمود الفقري مستقيمًا ومرنًا. والحوض متوازنًا برفق نحو الأمام، بدون تقوُّس الضلوع.

في هذه الوضعية، نكون مثل الشجرة المتجذّرة بصلابة في الأرض. يرتاح الوضع الرأسي على منطقة الحوض التي هي الأساس. ولكن التجذّر نفسه في الأرض يعتمد بالكامل على إطلاق السراح الجيد لأعلى الجسم الذي هو مركز الأنا (الذات). بدون الغرق في النفس، يجب أولاً إرخاء الرقبة والكتفين في بداية كل تجربة لتلك الوضعيات. هذا الإطلاق الذاتي في الكتفين يُتبع تلقائيًا بحركة ثقة عظيمة نحو الأسفل. في نهاية الاختبار، حرفيًا، يكون الشخص جالسًا في أساسه، والذي بدوره، يتسع ويرتخي ويتجذر. فإذا كان الاختبار بلطف ولكن بحزم موجهًا نحو الأسفل، بدون أية جهد، فإنه البطن السفلى ستحرّر نفسها بسهولة. في تطويل الاختبار قليلاً، يكون غشاء البطن مشدودًا بلطف، مما يسمح للفرد أن يشعر بقوة في منطقة القاعدة بالكامل، ولكن

خاصة أسفل السُّرَّة. إن الكل الآن يكتسب استقرارًا ثابتًا، مركزًا للثقل، ويستطيع الجسم أن يهدئ نفسه بسلوك ما من الإنصات وسرعة التلقُّن.

إن الخبرة سوف ترينا أن طريقة الجلوس هذه تفيد أكثر بكثير من طريقة ضبط الشخص لنفسه جسديًا. إنها تقود إلى تقدّم، وتحوّل عميق للشخص. إن روح الصلاة تتجسد في المادة، فنصبح متوافقين مع دعوتنا: الكلمة صار جسدًا. إنه شكل من الشفافية لغير المرئي الذي يسمح لله أن يعمل في داخلنا. وبدون تأصُّل أنفسنا في بشريتنا، لا ينفتح القلب من نفسه. ولكن لكي يجد المرء جذوره الأرضية فهذا هو عمل الإنسان؛ أما انفتاح القلب فهو عمل الله.

إن الكتاب المقدس مملوء بالأمثلة عن ضرورة التأصُّل الأرضي لكي تحمل الصلاة ثمارها. وأحد هذه النصوص غير العادية في هذا الموضوع هو مثل الزارع (مت١٣، مر٤، لو٨)، والذي فيه يعطي الرب يسوع مماثلة لشخصٍ في الصلاة، ويظهر أن ما يحدث في الشخص الذي ليس له "عمق في التربة" أو "أصل في ذاته" (مر٤، ٥، ١٧) لهو ضئيل جدًا. يستخدم القديس بولس نفس اللغة الواقعية والحسّية حيث لا يُقصى الجسد أبدًا: "وَأَنْتُمْ مُتَأَصِّلُونَ وَمُتَأَسِّسُونَ فِي الْمَحَبَّةِ" (أف٣: ١٨). هذا الوعي يُرَى بوضوح في الجلوس الهادئ حيث لا شيء يشتت الانتباه، خاصة التوترات التي هي فقط صخرة أمام الصلاة، تاركًا إياها في الخارج، بعيدًا عن "الأرض الجيدة" (مر٤، ٥، ١٧). وفي أخذ السُّرَّة كمركز للثقل، على أساس "شريعة إلهي في وسط بطني" (غريغوريوس بالاماس)، وفي محاولة أن يبطئ الفرد تنفسه، فإن آباء الفيلوكاليا لم يعطونا وصفات طبية، ولكنهم كانوا ببساطة أمناء مع حركة التجسد التي تحوّل أحشاء الإنسان إلى داخل رحم الحياة. (إن كلمة "رحمة" والتي نجدها

كثيرًا في الكتاب المقدس تأتي من الكلمة العبرية *rehem*، والتي تفيد معنى الرحم، أحشاء الحب).

يوجد شيء يجب أن يعاد اكتشافه من قبل مسيحيةٍ سقطت في الفكر العقلاني التجريدي، بينما أخذ إلهها جسدًا. "إن كل هؤلاء الذين يختبرون هذا لا يمكنهم إلا الضحك عندما يُصدُّون من عدم الخبرة... افتراضات عقيمة لمراوغين ضيقي الأفق" (غريغوريوس بالاماس). ونجد نفس الأفكار الكتابية، والتي قد جُعلت غامضة الآن، في الأيقونات القديمة، في كلا من الشرق والغرب. ليس أحد يمكنه الآن أن يشرح لنا معنى أن هؤلاء المسحاء أو القديسين، المصوَّرين ببطون بارزة على نمط بوذا Buddha، أو هذه الدوائر المتراكزة على البطن، ماعدا الناس الذين ذهبوا لممارسة الهارا Hara في اليابان. إن كلمة هارا تعني بطن في اليابانية وفي الكتاب المقدس: أحشاء، أصول، أعماق الأرض، أساسات. إن أنتوني بلوم Anthony Bloom يوضّح أن المعايير الجسدية تتفوّق على المعايير النفسية، لأنها لا تخضع للتفسير أو الأخطاء.

(٤) أوضاع أخرى. لهؤلاء الذين يجدون صعوبة في اتخاذ الأوضاع التي سبق وصفها، من الممكن أن يتأملوا وهم جلوس على كرسي. ولكي تفعل ذلك، عليك ألا تسند ظهرك مقابل الكرسي، ولكن اجلس على الطرف الأمامي له، الرجلان تكون عموديتين على الأرض، والقدمان متوازيين، وباطن القدمين مغروسين بحزم على الأرض أو يُفَضَّل أن تكونا متصالبتان عند الكاحلين. يجب أن تكون الركبتان دائمًا منخفضتين عن الحوض، وإلا لن يكون المركز الحيوي حرًا وستكون عملية التجذُّر التي وصفناها قبلاً صعبة المنال. لا يوجد شيء خطأ في الوقوف أثناء الصلاة. فبعض القديسين الهدوئيين المعيّنين وقفوا في نفس البقعة لساعات. فيمكن للفرد أن يحاكيهم طالما يستطيع أن يحفظ

نفسه ثابتًا تمامًا، كما في كل وضعية، بدون صلابة في الركبتين، والحوض متوازن بعض الشيء نحو المؤخرة؛ ومن ثم، تصرَّف كشخص في هيئة الجلوس.

في وضع الوقوف، يجب أن يكون الذراعان متدليين بحرية بجانب الجسم؛ فعندما نجلس (ماعدا وضعية إيليا النبي) يمكن أن تأخذ اليدان عدة أوضاع: إما أن توضع على الرجلين، وتكون راحتا اليدين نحو السماء، أو متدليتين بحرية بين الرجلين، ويكون الساعدان مسنودين إلى أعلى الفخذين أو يكون ظهر إحدى اليدين مستندًا إلى راحة اليد الأخرى، وتُشكِّل اليدان والساعدان معًا هيئة كأس عظيم، رمزًا للكأس الداخلي.

في الأوضاع الرأسية، يجب على الفرد أن يحافظ على أن تكون رأسه في الوضع الرأسي فهذا هام جدًا. فإذا كانت مائلة كثيرًا سواء للأمام أو للخلف، فإن الرقبة ستكسر استمرارية الوضع الرأسي وتعوق نزول الفرد إلى ذاته. إن جودة الدوران تختلف تمامًا اعتمادا على وضع الرأس. وحتى تجعل الرقبة في محازاة للعمود الفقري، يجب على الذقن أن توضع بشكل ما بحيث تشد الفقرات بينما تبقى متصلة بالسقف أو بالسماء. التأصل في السماء، والتجذر في الأرض؛ هذان هما قطبا الإنسان.

أخيرًا، يجب أن تبقى العينان مغمضتين جزئيًا أثناء الصلاة. ستفعل هذا عندما تلاحظ كيف يكون التقدُّم أسرع عندما تكون العينان غير مغمضتين تمامًا. لن يحدث فيما بعد الوقوع في النوم، وستختفي كل أنواع التشتّت وأيضًا الميل إلى المراوغات الحالمة. وعلاوة على كل ذلك، فإن الاتصال بالعالم الخارجي هو أساسي في روحانية التجسّد: فلا يمكن لأحد أن يعيش وعيناه مغمضتان!

ولهذا، بعينين نصف مفتوحة، وأجفان مرتخية، نضع نقطة مراقبة محايدة على مسافة ياردة أمامنا بدون رؤية أي شيء بشكل خاص.

وأيًا كانت طريقة الجلوس المختارة، ابدأ وقت الصلاة بميل عميق، حيث يُستدعى الروح القدس: "لَيْسَ أَحَدٌ يَقْدِرُ أَنْ يَقُولَ: «يَسُوعُ رَبٌّ» إِلاَّ بِالرُّوحِ الْقُدُسِ" (١كو١٢: ٣). إنه سيدنا الداخلي، وهو وحده الذي يمكنه الصلاة بداخلنا. ونحن نُشرِك أنفسنا بصلاته. يمكن لأي شخص أن يدعو الروح القدس بطريقته أو بطريقتها الخاصة، وببساطة جدًا، وبكلمات صداقة وثقة. ولكن يمكننا أيضًا أن نستخدم ابتهال الكنيسة كالآتي:

أيها الملك السمائي المعزي، روح الحق،
الحاضر في كل مكان، والمالئ الكل،
كنز الصالحات، ومعطي الحياة،
هلم تفضل، وحل فينا،
وطهرنا من كل دنس، أيها الصالح،
وخلصنا، ونجي نفوسنا.

إن هذا الابتهال موجود باستمرار في الليتورجية الكنسية. مثلما نستدعي نزول نار الروح القدس على الخبز والخمر، نستدعيه ليحل علينا نحن أيضًا، ولهذا فمن خلال صلاة يسوع، فإنه يحولنا إلى جسد ودم المسيح. مثلما سنرى لاحقًا أن هذه الصلاة هي إفخارستية بعمق.

فمن ثَمّ، لا غنى عن وضع كل هذه الأشياء غير المحببة في داخلنا والمحيطة بنا على صليب المسيح: قلقنا ومشكلاتنا، أثقالنا مها كانت. "تَعَالَوْا إِلَيَّ يَا جَمِيعَ الْمُتْعَبِينَ وَالثَّقِيلِي الأَحْمَالِ، وَأَنَا أُرِيحُكُمْ" (مت١١: ٢٨). وإلا لن يمكننا أن نصلي، لأن القلق هو عدونا الأساسي. فهو يمكنه أن يحاصر وعينا ويصيّره غير

نافذ إلى الله. مثل "الأشواك" القلق "يخنق" الصلاة التي "تبقى قاحلة" (مت ١٣: ٢٢).

كم هو متناقض أن نرغب في أن نصلي إلى الآب ذي الرحمة اللامتناهية، بدون أن يكون لنا الثقة فيه، ولانزال نتشبث بمشكلاتنا! ولكن ما يعرقل قلبنا بالأكثر هو الافتقار إلى المغفرة. إنه أمر عديم الفائدة أن نبدأ صلاتنا طالما لم نغفر من عمق قلوبنا (مت ١٨: ٣٥). لقد كان يسوع واضحًا في هذه النقطة: "فَإِنْ قَدَّمْتَ قُرْبَانَكَ إِلَى الْمَذْبَحِ، وَهُنَاكَ تَذَكَّرْتَ أَنَّ لأَخِيكَ شَيْئًا عَلَيْكَ، فَاتْرُكْ هُنَاكَ قُرْبَانَكَ قُدَّامَ الْمَذْبَحِ، وَاذْهَبْ أَوَّلاً اصْطَلِحْ مَعَ أَخِيكَ، وَحِينَئِذٍ تَعَالَ وَقَدِّمْ قُرْبَانَكَ" (مت٥: ٢٣-٢٤). هذه الكلمات قالها أيضًا الأنبياء الذين وبخوا على "الذبيحة الباطلة". فقد قال إشعياء النبي: "لِمَاذَا لِي كَثْرَةُ ذَبَائِحِكُمْ، يَقُولُ الرَّبُّ. اتَّخَمْتُ مِنْ مُحْرَقَاتِ... بَغَضَتْهَا نَفْسِي... أَسْتُرُ عَيْنَيَّ عَنْكُمْ، وَإِنْ كَثَّرْتُمُ الصَّلاَةَ لاَ أَسْمَعُ. أَيْدِيكُمْ مَلآنَةٌ دَمًا. اِغْتَسِلُوا. تَنَقَّوْا. اعْزِلُوا شَرَّ أَفْعَالِكُمْ مِنْ أَمَامِ عَيْنَيَّ" (إش١: ١١-١٧). من ذا الذي مازال يجسر على التجديف على الصلاة بالرغم من هذا؟

يجب على المرء أن يغفر لجميع الناس الذين يقابلهم في حياته، البعيدين والقريبين، الذين جرحونا بمعرفة أو بغير معرفة، متغافلين عن ضخامة الأخطاء. ويجب علينا أيضًا أن نطلب الغفران لأجل كل الجراحات التي أصابتنا. أمام الله، إن أفضل طريقة للغفران، هي أن تطلب من الرب أن يبارك هذا الشخص أو ذاك (لو٦: ٢٨، ١بط٣: ٩). ويجب علينا قبل أن نبدأ في الصلاة، أن نكون قادرين على معاملة أي شخص كأنه أعز شخص لنا على الأرض، ويجب علينا أن نسامح كل يوم حتى نهاية حياتنا! هذه الحرية الداخلية هي مسار لن يتوقف عن التعمق.

إن كراهيتنا مختفية تمامًا في داخلنا حتى أنه من الأفضل ألا نعيش في وهمٍ ونبدأ ثانية أن نسامح. حينئذ ستقودنا الصلاة في حركة الفداء، وكل شيء سوف يُغتَسل في دم المسيح: "تراءف علي أنا الخاطئ!" وكل هذا لن يأخذ وقتًا طويلاً، دقائق قليلة على الأكثر. ثم يقوم الشخص من انطراحه الساجد، حسب الوضع الذي اختاره للصلاة، وبما أن نفسنا الآن في سلام، ويمكن لجسدنا أن يدخل في السلام أيضًا. ونبدأ بإرخاء جسدنا كله: "قبل الصلاة" يقول أوريجانوس، "استرخ وأعد اكتشاف الصمت" إن انقباض أي عضو في مكان ما من الجسم هو دائمًا عائق على الطريق الداخلي: فهو يكشف عن تشوهٍ ما في الشخصية بالكامل، انقباض للنفس في أوضاعها المكتسبة أو رغبة في إثبات الذات ضد كل مخاوفها وحالات عدم الأمان. وطالما أن جسدنا مازال متوتّرًا، فهذا يعني أن نفسنا ليست حقًا في سلام. إن أقل قلق يوتّرنا، والافتقار إلى الغفران يغلقنا بدنيًا. إن الجسد يسمح لنا أن نقرأ حقنا الداخلي، ويساهم بقوة في إطلاق سراحه.

إن أسهل طريقة هي أن نمر ببطء على الجسم بداية من الرأس إلى القدمين أو العكس، شاعرين بكل جزء من الداخل، ونبقى فترة من الزمن مع كل عضو ونصبح واعين بأعماق إحساسنا، حتى ولو كان وعينا لم يُضاء بالروح بعد عند هذه المرحلة، عندئذ يصبح الجسد قابلاً للاختراق من قِبَل الوعي، "ويتردد صداه تبعًا للنفس" (غريغوريوس بالاماس)، وأجزاء اللاشعور المبهمة هذه تصبح واعية أكثر وأكثر لأننا "نضع داخلها قانون الوعي الذكي الذي يقاتل هذه الإمبراطورية" (بالاماس). وبمجرد أن ننتهي من المرور على كل الجسم، نحاول أن نشعر بجسدنا كله مرة واحدة، شاعرين بأنفسنا من الداخل. إن كل اكتشاف يعمّق الإرخاء لكياننا كله. إن كياننا بالكامل يتنفس، ونحن نُستنشَق. يجب أن نشعر بهذا الشعور وأن نصبح واعين به.

هذا الذي، في البداية، كان يبدو كتدريب على الاسترخاء فقط ولكنه سيقود بسرعة نحو الإتيان إلى الحضور، والدخول في الصمت الهدوئي.

إن الاكتشافات الرائعة لآباء الصحراء الذين، من خلال هدوء النفس والجسد، حققوا "طمأنينة القلب المنيعة" وهذه "الحرية ذات السيادة" (يوحنا كاسيان)، عرفوا هذا منذ ألفي سنة قبلنا تقريبًا. اليوم، يؤكد علماء الفسيولوجيا العصبية علميًا على صحة خبراتهم الروحية: إن الإحساس المُتقبَّل في حالة من النقاوة يعمل انفصالاً مباشرًا للمراكز العصبية ويضع النفس والجسم في سكون. يمكننا أن نكون منفصلين في أية لحظة أخرى، ولكن الإحساس الفوري هو بالضروري إحساس للحضور النفسي السيكولوجي. إن الكيان الإنساني لا يستطيع أن يشعر ويفكر في نفس الوقت، وهذا سر عظيم والذي يمكن أن يصبح طريقة قوية. بالإضافة إلى ذلك، إن الانتباه يتناسب طرديًا مع الاسترخاء. فكلما ازداد توترنا، كلما يزداد تشتتنا. ونسحب خارج أنفسنا. كما قال د. فيتوز Dr. Vittoz: "إن الإحساس ينظم وينسق وظائف المخ"، "إنه يحفز ويجدد الخلايا العصبية؛ وقليلاً قليلاً، يؤسس نوعًا من الهدوء للمخ، ويكون في راحة... هذا هو إعادة الخلق، رحلة نحو الحرية".

إن تشغيل الثروة غير العادية التي بداخلنا ليس هو احتقارًا لعطية الله التي منحنا إياها. فمن غير المعقول أن تصلي إلى الله لتطلب منه ما قد سبق وأعطاك إياه! "قَدِّمُوا أَجْسَادَكُمْ ذَبِيحَةً حَيَّةً" (رو١٢: ١)... الْجَسَدَ لِلرَّبِّ، وَالرَّبُّ لِلْجَسَدِ... أَلَسْتُمْ تَعْلَمُونَ أَنَّ أَجْسَادَكُمْ هِيَ أَعْضَاءُ الْمَسِيحِ؟... فَمَجِّدُوا اللهَ فِي أَجْسَادِكُمْ" (١كو٦: ١٣-٢٠).

قبل بدء الصلاة، اعتبر الآباء شيئًا آخر هامًا جدًا هو: تدفئة القلب. لأن العقل المشتت لا يدخل إلى نفسه ولا يوحِّد نفسه مع القلب إذا لم يسحب الانتباه إليه من خلال تدفئته.

توجد عدة طرق لتدفئة القلب. وغالبًا ما يحدث هذا في اللحظة التي نطلب فيها الغفران، عندما يكون قلبنا مكسورًا (مز٥١: ١٧) عند رؤية خطايانا وعندما نكون مكروبين إلى درجة الدموع بسبب ما اقترفناه من شرور. يمكننا أن نشعر بهذه الحال بعمق، وهذا هو كل ما نحتاجه -القلب مجروح وضميرنا متحول. وكما قال القديس يوحنا ذهبي الفم: "دعونا ندفّئ ضميرنا، فلنُحزِن أنفسنا بتذكر خطايانا لأن الحزن والابتلاء يجمعان العقل ويجعلانه يدخل إلى ذاته". ليتنا نعتبر أننا عدمٌ وأننا إذا عشنا هذه اللحظة فهذا من فعل الرحمة الإلهية وحدها.

قبل الدخول في الصلاة، يوجد أمرٌ آخر مساعد وهو أن يصاحب هذه التوبة الداخلية حركات معبِّرة. ففي وضع الجلوس، ننحني نحو الأمام ونقوم عدة مرات أو، نقف، وننحني للأسفل، ونلامس بجبهتنا الأرض. وتكون الحركة أكثر سلاسة إذا أحنينا ركبنا في نفس الوقت، مستخدمين أيدينا في الهبوط والقيام.

إذا لم يصبح قلبنا مشتعلاً حتى هذه اللحظة، فسوف نحتاج إلى مساعدة أي طريقةٍ أثبتت جدارتها في ماضينا، إذ بعمقٍ مسّت، وهزّت، واستولت على كياننا: أيقونة، صورة، عمل فني، منظر الحقول في الريف، مقطع من الكتاب المقدس أو من الآباء، مزمور؛ ويمكن أيضًا أن يرتل المرء جزءًا من لحن أو ترتيلة ليتورجية، أو يستغرق في صلاة تصل مباشرة إلى القلب، أو قراءة صفحة من كتاب روحي من تلك الكتب التي تغمر إحساسنا والتي نرجع لها مرارًا وتكرارًا. كذلك سير القديسين هي، على نحو جلي، محفّزًا غير عادي على

الطريق، ولا يجب أن تتركنا مطلقًا. ولدينا أيضًا صلوات قراءاتنا. ففي السيرة الذاتية، يقدم لنا القديس نفسه بسريّة؛ فنشعر به أو بها أكثر وأكثر في حميمية وألفة، ومن ثم نتحدث إليه، ويصبح رفيقنا على الطريق بشكل حقيقي جدًا. لا أحد يمكنه وصف ما تقدمه لنا علاقة الصداقة هذه.

بين هذه الطرق العظيمة لتدفئة القلب، توجد أيضًا خبراتنا السابقة غير الموصوفة، تلك اللحظات المميزة التي فيها امتلأنا بالنور المشرق، والدفء، والسعادة. وسوف نتذكر دائمًا الساعة، والمكان، واليوم التي حدثت فيها هذه الهزات الزلزالية لكياننا كله. هذه الساعات اللامعة وجِدَت خلال حياتنا منذ الطفولة المبكرة. كل فرد يعرف هذه اللحظات التي تركت علاماتها فيه إلى الأبد. إنها ليست نوع من "التذكارات"، ولكنها صرخة لكيان مختنق موجود داخلنا. لقد انفتح قلبنا من ذاته لنا في لحظةٍ وغُمرنا بكل ما يحتويه. فيجب علينا أن نجدد روابطنا بهذه الخبرات المدهشة، وندمج أنفسنا بها، حيث أنفسنا تعيد إحياء "منزلتها الرفيعة" الخاصة، وتتلذذ بهذا المذاق، وبهذا الجو اللائق للقلب الذي هو بُعدنا الوجودي وفيه نشترك في الحياة الإلهية.

هذه الخبرات المتعددة والمختلفة، دائمًا ما تكشف عن نفس الشيء، وهذا الحقيقة نفسها تمسّنا في أعماقنا هنا والآن؛ إنها كياننا الحقيقي، ذاتنا الحقيقة التي يجب علينا أن ننفتح عليها.

وعندما يصبح الثبات الكامل للجسم يقظةً قصوى للحظة الحاضرة، نبدأ في تلاوة الصلاة بالصوت، وندعها ترن في آذاننا، ماضغين كل كلمة بحب وعشق، وندع أنفسنا نُبتلع بالكامل فيها، قائلين: "**ياربي يسوع المسيح، ابن الله، ارحمني، أنا الخاطئ**". ويتم هذا بدون أي جهد للعاطفة. فإذا دَفِئ القلب، نصلي بكل قلبنا -فإن العقل والقلب قد اتحدا. وبعد كل ابتهال مسموع، ندع

أنفسنا تُستنشَق بوعي في الأنفاس الإلهية، فنكون على أهبة الاستعداد والقابلية لاستقبال نَفَس الحياة هذا الذي يتنفسه الله فينا. وبعد ذلك، نخرج الزفير ونحن نقول ثانية: "**ياربي يسوع المسيح، ابن الله، ارحمني، أنا الخاطئ**".

بعد عدد من الابتهالات، يستطيع كل شخص الشعور من الداخل باللحظة التي يمكنه أو يمكنها فيها أن يقولوها لأنفسهم، ومازالوا يمضغون كل كلمة بالشفاه، والفم وكل هذا يخدم لخلق الكلام. لا يجب علينا أن ننشغل بتنفسنا بل نكرّر ببساطة ابتهال تلو الآخر.

يجب أن يدخل المرء في الصلاة بعزم ثابت، دون إعطاء انتباه لأي فكر، جيدًا كان أم رديئًا. إن كل شيء يعتمد على هذا العزم في بداية صلاتنا.

أن نكون عديمي التركيز ونبدأ بتوانٍ، فإننا نقدم وجبة جيدة للشيطان! وهو سيفعل أي شيء لهدم صلاتنا. لأن الصلاة ليست أقل من معركة، ونحن ننزف دمًا إلى أن تموت الذات. فخلف التشتت يقبع الشيطان (دايا بولوس *dia-bolos* – أن يلقي في الانقسام)، ونحن نسحقه بالصلاة المستمرة غير المتوقفة. وكما قال يوحنا كليماكس: "هاجم خصمك باسم يسوع، فليس هناك سلاح أقوى سواء على الأرض أو في السماء". وبمجرد أن نفتح الطريق لفكر أو لصورة مهتمين بها ولو لفترة قصيرة أو ندخل في حوار معها، للتو يكون كل شيء قد انتهى! يجب علينا بشكل حرفي أن نغلق على عقلنا داخل كلمات الصلاة ونبقيه أسيرًا فيها.

إذا أصبحت المعركة صعبة جدًا، فمن المفيد أن نعيد الصلاة بصوت مرتفع ونمسك بمسبحتنا باتضاع كمذكّر ملموس قوي. فإن الشيطان يهاجمنا بعنف، ولكن الله يسمح له بفعل ذلك لأجل خير أعظم لنا. وبمجرد أن نوضع في يدي الله، فكل شيء يكون نعمة ونكون مُرشَدين به: إن النقطة الرئيسية هي أن

نحيا تمامًا ما أعطانا الله في هذه اللحظة، سواء كانت فرحًا، أو معركة، أو استشهادًا. نشكرك يارب، لأجل كل هذه العطايا، فأنت وحدك تعرف لماذا يجب عليّ أن أعيش هذا الآن! فقط بهذا الأسلوب من الصبر والثقة، ومن المثابرة في المعركة، سنُقتاد للأمام. وأما إن وقعنا في التشتّت بينما تكرر شفاهنا الصلاة ميكانيكًا، دعونا ألا نُسحَق. فإن القديس نيسيفورس يعطي هذه النصيحة لهؤلاء الذين لم يحالفهم النجاح:

"كرّر الصلاة في اسم يسوع باستمرار. في البداية، سيكون الانتباه غريبًا عليها؛ ولكن قليلاً قليلاً سينصت العقل إلى الكلمات وسيهيئ الانتباه نفسه لها. ومن ثم سيُحرِّك القلب، وستدخل الصلاة من ذاتها إلى مقدسك". بالفعل، إن الخبرة تعرفنا أن التكرار الوتيري يسكّن العقل الذي في احتياج دائم إلى التحليل والتفكير. بطرح فكرة واحدة، تتركنا جمهرة الأفكار، ويوحّد الانتباه نفسه ويجد كياننا تدريجيًا محوره واتجاهه.

ليس هناك معونة في إيجاد هذا الانتباه الداخلي أكثر من الجسد المسترخي بالكامل. فيجب علينا أن نعود إلى هذا عدة مرات على الطريق: مطلقين سراح جسدنا، ومخضعين أنفسنا. "كل شيء ينجح بالمثابرة، فالإنجيل يجعل هذا واضحًا: إن الهارب يرحل في اللحظة الأخيرة، أما الذي يثابر إلى المنتهى فإنه يخلص!" إن الشيء الأكثر أهمية هو أن لا ننظر كثيرًا إلى نفسنا أو إلى مشاكلنا، ولكن أن نؤمن بمحبة الله لنا، حتى ولو كنا مشتتين. وإلا، سيستولي علينا حب أناني.

هذا ما يسمى الجانب "الميكانيكي" للصلاة، الذي هو أول شيء للمرور عليه، ولا يجب أن يُهمل ويُتخطى. "إن البداية هي نصف المسافة كلها" كما قال أرسطو، وأن تبدأ خطأ فلن تصل أبدًا. إن أفواهنا وآذاننا اللواتي اعتادت على

الثرثرة الكثيرة، والكلام الباطل، والطعام الخاطئ، تملأ نفسها بكلمة فريدة، مصدر كافة الكلمات الأخرى، وتتعلم اعتراف الإيمان الذي لأجله خُلِقَت. إنه صياغة صعبة وطويلة، وأحيانًا مؤلمة مثل كل ولادة، حيث يتهجى الكلمة خلقه ويجعل كل الأشياء جديدة. فهناك في أفواهنا، تفقد الكلمات غموضها وتجريدها، ويمكننا أن نحسها جسديًا في شفاهنا، ولساننا، وحنجرتنا ونتلذذ بها. إن الاهتزاز الذي يحدث في أحبالنا الصوتية يكيّف كياننا كله معها، وينظمها في نغمتها الحقيقية، ويجعل رنينها في آذاننا يجعلنا نحبل بالكلمة من خلال الإصغاء. فبالنسبة للعذراء مريم، كل شيء بدأ بالإصغاء، كما قال القديس أغسطينوس، وإذ أخضعت نفسها بالكامل من خلال الطاعة، قبلت في جسدها ما سمعته أولاً من خلال أذنيها: "ليكن لي كقولك... الكلمة صار جسدًا" (لو١: ٣٨، يو١: ١٤).

إن الفعل الصحيح للكلمة المنطوقة هو أن تتجسد في الشخص الذي ينصت إليها ويُخضع نفسه لها. إن العمل الثوري للأب مارسيل جوس Fr. Marcel Jousse بيّن لنا علميًا أن البشر بطبيعتهم "مُقَلِّدين"، فهم يكررون الكلمات المسموعة في إشارات دقيقة داخلية لجسدنا. فالتردد يخترق الجسد ويشكّله من خلال التقليد، مؤثرًا على النفسجسمية بالكامل. فنحن نسمع الكلمة ونأكلها.

هذه الظاهرة، التي يدعوها جوس Jousse الإنغماد المعوي *intussusception* (من اللاتينية، intus – داخل، وsuscipere – أن تقبل)، وهي معروفة جيدًا في تعاليم المجتمعات التقليدية، خصوصًا بين العبرانيين والفلسطينيين في زمن يسوع. هكذا تَعلَّموا التوراة من القلب وهكذا علّم يسوع نفسه.

إن قاعدة الكلمة هذه التي "تكرّر نفسها" أصبحت أساس ليتورجيتنا. ويجب أيضًا أن تتردد على أفواهنا تعليمنا الكرازي catechesis (من الكلمة اليونانية catecho، والتي تعني أن تكرر مثل الصدى)، وفي كل صلاة. إن الكلمة تُأكَل، وما نأكله يملأنا حيوية ويغيّرنا، لأننا هضمناه، ومن ثم نصبح ما نأكله we become what we eat، ولا يمكننا إلا أن نشهد لما صرنا عليه. "يَا ابْنَ آدَمَ، كُلْ مَا تَجِدُهُ. كُلْ هَذَا الدَّرْجَ، وَاذْهَبْ كَلِّمْ بَيْتَ إِسْرَائِيلَ... يَا ابْنَ آدَمَ، أَطْعِمْ بَطْنَكَ وَامْلأْ جَوْفَكَ مِنْ هَذَا الدَّرْجِ الَّذِي أَنَا مُعْطِيكَهُ" (حز٣: ١-٣).

إن صلاة يسوع تلخص الكتاب المقدس كله في تعبير فريد وُلِد من خبرة آبائنا. إن الكلمة تتبع نفس مسار وعينا وتدخل في أعماقه حيث تتجسد خلال انسكاب متدرج.

أكل الصلاة هذا، بالتبادل بين الصلاة بصوت والصلاة بصمت. يمكن أن يستمر وقتًا طويلاً. فطول هذه المرحلة لا يتوقف على قرارنا. إن العمل المنجز هنا له أهمية كبرى حتى إنه لمِن الخطأ أن نختصره. ولكن سيأتي اليوم الذي نكتشف فيه، من خلال النعمة ومن خلال مثابرتنا، أن الصلاة توقفت عن كونها ميكانيكية وتجاوزت شفاهنا: نكون في المرحلة الثانية التي تدعي "ذهنية"؛ ومن ثم تُعبَّر في عقلنا، ذلك العقل الذي قد تعرض لغزواتها، مستقبَلة في القالب الذي أعدته لها المرحلة السابقة. إن الرهبان غالبًا ما يمكثوا عدة سنوات في المرحلة اللفظية، طالبين باتضاع أن يقرنوا صلاتهم بإتمام وصايا المسيح في حياتهم اليومية. وفي هذا التحوُّل، لا يوجد تقدُّم بدون الصلاة، ونار التوبة وحدها هي التي تفتح الباب من مرحلة لأخرى.

في المرحلة "الذهنية"، حتى ولو كانت الآلية البدنية لا تلعب دورها على الخارج، الصلاة دائمًا "بدنية" وستُختبَر جسديًا أكثر فأكثر. ففي العقل، تصيغ

الكلمات نفسها بوعي، وترن في آذاننا الداخلية ويمكن أن تُرَى عيانًا، خاصة كتمرين اختراق في بدء هذه المرحلة. وعلى سبيل المثال، يمكننا بعينين مغلقتين أن نقتفي أثر كتابة كبيرة لكلمة واحدة من الصلاة ثم تليها كلمة أخرى في إيقاع بطيء. فيمكننا أن نكتب "يارب" شاعرين بحركة اليد والذراع وهو يكتب حرفًا تلو الآخر، ثم نرى الكلمة بأكملها، ناظرين إليها بدون تفكير وندعها تدخل في أنفسنا، في الجسد، مُعَرِّفة هويتنا معها من خلال نوع من الاتصال المباشر بين نفسه والكلمة، نراها أولاً في العقل ثم بعد ذلك في الصدر.

دع ذلك يأخذ وقته، ونفعل نفس الشيء مع الكلمات الأخرى: "يسوع"، "المسيح"، وفي النهاية نرى الجملة كلها بهذه الطريقة. "إن الصورة المصوِّرة في الكائن الحي تحمل تأثيرًا عميقًا على الشخص الذي يعمل فيها" كما قال د. ليفيبيور Dr. Lefebure في كتابه التنفس الإيقاعي: مرة أخرى، العلم يؤكد فقط خبرات تقليدنا القديم. هذا التأثير معروف خلال تأمل الأيقونات "ولهذا السبب، فإن السيد المسيح نفسه علَّم من خلال تشبيهات وأمثلة: إن الصورة تؤثر بعمق في النفس الإنسانية، بقدراتها الخلاقة" ويضيف القديس يوحنا كرونشتادت St. John of Kronstadt (١٨٢٩-١٩٠٨): "على سبيل المثال، نقول أنه في الوقت الذي يسبق ولادة الطفل، إذا تطلعت الأم مرارًا إلى وجه أو صورة زوجها الحبيب، فإن الطفل سيشبه أبيه بدرجة كبيرة؛ أو إذا نظرت كثيرًا إلى صورة طفل جميل، فإنها ستلد مولودًا جميلاً. فإذا ما نظر المسيحي كثيرًا بحب وتقوى إلى صورة ربنا يسوع المسيح، وإلى صورة أمه الفائقة الطهر، وإلى صور القديسين، فستستقبل نفسه الملامح الروحية للوجه المتأمَّل فيه بحب: اللطف، الاتضاع، الرحمة، القناعة. وإذا تأملنا أكثر في الصور وخاصة حياة ربنا يسوع والقديسين، فكم وكم سنتغير، وكم سنبحر في رحلة من علو إلى علو!".

إن الكلمة المرئية، والمسموعة، والمحسوسة في الداخل لم تعد كما كانت. وغالبًا، تحوِّط نفسها بنور وتجعل الفرح والسلام يشرقان في الداخل، عندما نتحد بها؛ بالضبط مثل الأيقونة، حيث تكون هذه العملية بدون شك أسهل، لأنها عُمِلَت خصيصًا لأجل الغوص فيمن ينظر إليها ويملأ نفسه أو نفسها بنورها غير المخلوق. ولكن مع الأيقونة، ليس هناك احتياج لبذل الجهد؛ إن الأيقونة جزء تكاملي من حياة المسيحي الذي يعيش في أُلفتها.

إن هذه التمارين التمهيدية ليست بالأهمية القصوى إلا بقدر ما تعبِّر عن وعي شقائنا وتواضع بحثنا عن الله، حينئذ تكون بالحقيقة نسك التجلِّي، ويمكن أن تصبح صلاة حقيقية. في هذه المرحلة "الذهنية" لصلاة يسوع، نبقى جالسين في صمت، ويكرِّر العقل وحده الابتهالات بعشق وحب مثل ما سبق. إن الوعي هنا يمكن أن يُمتَص تمامًا بالصلاة التي توضح هويتها: في هذه اللحظة، تتحرر النفس من أعدائها؛ الأفكار العديدة.

لكن كلما صارت الصلاة داخلية من ذاتها، كلما أصبحنا حساسين إلى ما هو أكثر داخلية فينا: النَفَس. كأنما الصلاة قد أتت لتُسَمِّي حضورها، فنفتح أنفسنا إلى سرها: أليس النَفَس كاشفًا حقيقيًا للاسم؟ إن تنفّسنا، بكونه دائمًا ومستمرًا، قد أودعه الخالق، في أقرب شيء لنا على الإطلاق، أكثر طريقة غير عادية للقاء به. من البداية، نحن نعي هذا و قد أُعتُبر بديهيًا عند القدماء:

وقد قال القديس يوحنا كليماكس في القرن السابع: "اجعل ذكر يسوع واحدًا مع تنفسك، ومن ثم ستعرف مدى منفعة الهدوء"، وأوصى أن نلصق اسم يسوع بتنفسنا. وفبعد ذلك بقليل، أخذ كتَّاب "القرون the Centuries" غير المعروفين هذا النص وأكدوا على أنه: "يجب أن نتنفس صلاة يسوع باستمرار".

ألم يصلي المرنم: "فَغَرْتُ فَمِي وَلَهَثْتُ لأَنِّي إِلَى وَصَايَاكَ اشْتَقْتُ"؟ (مز١١٩: ١٣١). إن الكتاب المقدس بكامله ينفتح من نفسه من خلال هذه الآية الأساسية: "وَجَبَلَ الرَّبُّ الإِلَهُ آدَمَ تُرَابًا مِنَ الأَرْضِ وَنَفَخَ فِي أَنْفِهِ نَسَمَةَ حَيَاةٍ. فَصَارَ آدَمُ نَفْسًا حَيَّةً" (تك٢: ٧). هذا هو فعل الخلق على نفس المستوى البديع الذي سيكرره المسيح القائم في الخليقة الجديدة: "نَفَخَ وَقَالَ لَهُمُ: اقْبَلُوا الرُّوحَ الْقُدُسَ" (يو٢٠: ٢٢)، تلك الحركة التي يذكرها الكاهن وهو ينفخ في كل شخص مُعَمَّد مولود للحياة الحقيقية.

إن التنفس هو حركة الحياة العظمى، ليس فقط ميلادها ولكن في تحولها المستمر فينا. ويجب أن نكون واعين بهذا في الصلاة، التي تجمع معًا الكلمة والنَفَس، صانعين من طريقتنا التنفسية مسار الشفافية للسرية. إن الإنصات الداخلي والوعي بالتنفس يقودان قليلاً قليلاً إلى سكون الجسد والنفس، إلى قطع الصلة بالأنا وبكل توتراتها. وقد نختبر عند نهاية الزفير، تلك اللحظة الغامضة للصمت العميق هي غريبة ومألوفة في نفس الوقت. هذه البرهة السريعة تمتد حينما نُخضِع أنفسنا لها. إنها ستعلن نفسها تدريجيًا كحضور: إنها شخصٌ. وهذا الصمت يصبح مصدر الحياة في أعماقنا عندما يتنفس فينا شهيقنا. إنه يعبِّر عن نفسه فينا، يبنينا ويعطينا شكلاً؛ إنه الكلمة التي تصير جسدًا فينا. وفي نهاية الشهيق، يوجد صمت جديد؛ ومن هناك سيأتي الزفير الذي يصنع النَفَس المفعم بالحياة، الطاقة الخلّاقة، ويتغلغل الروح مباشرة في خلايانا وفي نخاع عظامنا.

ولهذا، فإن كل شهيق هو مُستقبِلٌ للنَفَس الإلهي، وهو قيامٌ نحو النور الذي يضيء وعينا من خلال هذا السر؛ وكل زفير هو هبوط نحو الأعماق لاستقبال هذا الكيان غير المعروف والذي هو رغم ذلك يشبهنا.

إن التقليد يقدم إمكانيات عدة للصلاة: فبعد استعدادنا ومرورنا على الجسد الذي سيكون قد حررنا وأراحنا، يجب أن نصبح شاعرين بالنَفَس كما وُصِف أعلى. إن كياننا بأكمله يتنفس ويشعر به في العمق للحظات عديدة. لا توجد حالة يجب أن "نجعل" فيها التنفس إراديًا، ولكن ندعه يعملها بنفسه. إن الشهيق الذي يأتي من أعماق البطن هو افتقاد: إن الله ينفخ فينا نسمته ونحن نستنشقها؛ يجب أن نقبلها بوعي وعند كل زفير نخضع أنفسنا بوعي لها، ونُرِح أنفسنا فيه.

عندما نُقبِل إلى الراحة (الهدوئية)، يصبح الزفير بطيئًا وأعمق: "احتجز نَفَسَك قليلاً، ولا تتنفس بجرأة كبيرة" قالها غريغوريوس السينائي. ثم نتلو الصلاة ببساطة في هذا الإيقاع: نستنشق الهواء ونحن نقول "ياربي يسوع المسيح" وفي نهاية الشهيق نتوقف ونقول "ابن الله" ثم نقول أثناء الزفير "ارحمني، أنا الخاطئ". هذا هو الشكل التقليدي للصلاة. فإذا ثبت أنه صعب جدًا، يمكننا اتّباع النهج التالي.

نقسِّم الصلاة إلى أربعة أقسام، قائلين:

"ياربي يسوع المسيح"... شهيق.
"ابن الله"... زفير.
"ارحمني"... شهيق مرة أخرى.
"أنا الخاطئ"... زفير.

لا يستطيع بعض الناس شديدي التوتر أن يأتوا بأي كلمة أثناء الشهيق ويمكنهم فقط أن يقولوها أثناء الزفير، مقسمين إياها بحسب طول زفيرهم، وأحيانًا يقولون كلمة واحدة فقط في المرة الواحدة.

يمكن للمرء أيضًا أن يتلو الصلاة كلها مرة واحدة بحسب أحد الطرق المذكورة آنفًا، ثم يصمت عدة أنفاس، ويترك صداها يرن داخله. منذ الأزل، يرتاح الصمت في الاسم، والصمت هو الذي يعلنه من خلال قوة الروح-النَفَس. "إن الكلمة تخرج من هوة الصمت، وتلفظ كلمة وجيزة، ثم تعود إلى هذه الهوة مرة أخرى" قول مأثور للآباء. ولكن عندما يستولي الصمت علينا، تختفي كلمات الصلاة بالكامل، ويصنع الروح الناري منا مصباحًا حيًّا، لأن اسم الكلمة هو نور. وفي هذا الاشتعال نصمت.

هذا الإيقاع التنفُّسي "أُعطي لنا من الخالق ليسمح للحياة الإلهية أن تمسك بأعماق كياننا وتملأ كامل حياتنا بالنور".

إن الإيقاع التنفسي مرتبط بحميمية بالقلب والدم، حتى أنه في يوم ما ستقدر صلاة يسوع على النزول إلى القلب وإلى نبضات الدم حيث تنتشر في الجسم كله. هذا هو عمل النعمة، والتي تصبح فيها الصلاة تلقائية؛ وتُقال من ذاتها في أعماقنا، وتستمر من نفسها بدون أي جهد طوعي من جانبنا. هذه هي ثالث مرحلة والتي تدعى "تأملية".

إن القلب ومعه كياننا بأكمله يشتعل بنار بواسطة النعمة، والتي تتحمل الآن مسؤولية الصلاة بالكامل، وغالبًا ما تغمرنا بالفرح والحب، وأحيانًا برؤية النور الطابوري. يقدم الاسم هنا طاقته القوية بالقدر الذي نستطيع احتماله. إنها النار التي تبتلع الألم، بحسب ما ذكر في الرسالة إلى العبرانيين ١٢: ٢٩. وبمطاردة الشياطين من قلبنا، نبدأ في معركة لا مثيل لها ضد هذه القوى التي يتبعها "أَجْنَادِ الشَّرِّ الرُّوحِيَّةِ فِي السَّمَاوِيَّاتِ" (أف٦: ١٢). وكما يقول الأب صفروني: "إن عدد التجارب التي نمر بها خلال نسك هذه الصلاة لا يوصَف... فيجب أن تكون لنا خبرة كبيرة أو معلِّم يرشدنا... ويجب على كل فرد أن

يكون له يقظة محترسة، وروح الندم، وخوف الله، والصبر على تحمُّل كل ما يمكن أن يحدث لنا؛ وقتها فقط ستكون قوة توحِّد روحنا بروح الله، وقليلاً قليلاً، بعد عدة سنوات، تصبح جزءًا متكاملاً لكياننا، وستكون طبيعتنا نفسها مروْحنة، حتى في أوقات ارتدادنا".

إن كل صلاة حقيقية، تُقال باتضاع، وتقود إلى موت الذات والخضوع ليدي الله، تنتهي بهذا الإلهاب للقلب والذي لن يمكن أن يحدث نتيجة مجهوداتنا وتدريباتنا. قد يتمكن الطمع الطوعي بسهولة، من خلال الوسائل المصطنعة، أن تصلح الانتباه الخاطئ للقلب، بينما الصلاة لا تكون هناك إذ هي هبة من الله! فمن المكر أن نتوقع كل صنوف مظاهر العواطف، سواء المتعلقة باضطراب القلب أو الأعصاب، أو عدم التوازن العقلي، ولكن لن يحدث مرة أخرى أن تصل إلى أعماق القلب، إن "المكان الإلهي locus Dei" محروس بالشروبيم الملتهب وله باب لا يستطيع أحد أن يفتحه بالقوة.

ما نحتاج أن نقوله عن نصوص معينة من الفيلوكاليا، وحتى من طريق السائح الروسي، هو أنها خطرة جدًا على الهُواة الذين يسيئون استعمالها. فهذه الطرق التي "تجبر العقل أن ينزل إلى القلب"، لكي "يغلقه" بواسطة "الدفع" للداخل مع التنفُّس وأن تجعل الصلاة مع إيقاع نبضاته، قد وضعت في كتابات للرهبان الذين تحت إشراف شخصي لأحد الشيوخ، يوم بعد يوم، وخطوة بعد خطوة، قائمين ضمن سياق كنسي، وسرائري، ونسكي مقدس. نحن لا نمنع هذه الطرق: فهم قد أورثوها لنا من القديسين، ولكن يجب أن نقترب منها كما فعلوا هم، مُرافَقين بمرشد مختبِر، داخل الكنيسة، وليس كساحر مبتدئ. يجب أن يكون هذا واضحًا: "إن كل مسيحي يمكنه أن يصل إلى أعالي صلاة يسوع

بدون أي شيء آخر سوى الحب والطاعة. هنا النزعة الداخلية هي كل شيء. إن صلاة يسوع كافية في ذاتها، وتجعلنا أحرارًا من كل شيء ماعدا يسوع".

ما يُخاطَر به عندما نقترب من باب السماء في أعماقنا بدون كوننا مرافقين "بالملاك" الذي هو بالفعل أتى على طول هذا الطريق، لا يكون خطرًا عندما يحدث من خلال الجسد ونَفَسَنا كما وصفنا سابقًا. إن الطرق خطرة إذا اختزلت في تعويذة تُجبِر إنتاج النعمة؛ هذه محاولة لتعدّي الله والسيطرة عليه.

في أخْذه جسمًا للقائنا، يكشف الله الاستمرارية الداخلية، اتصالاً أساسيًا بين طبيعة الإنسان والنعمة. ليس هناك "طبيعة" في جانب و"فوق الطبيعة" في جانب آخر، ولكن انسجام حقيقي، مشاركة تبادلية، وشركة بين الإنساني والإلهي. بتجسُّد المسيح، أتى الجسد الإنساني إلى كماله الأرضي، مخلوقًا متمركزًا حول المسيح created according to a Christocentric structure، ولهذا، هو قادر وجوديًا على أن يجعل في ذاته امتدادًا للتجسُّد. ولهذا، كما قال ديونيسيوس الأريوباغي: "إن الله حاضر في كل شيء، ولكن ليست كل الأشياء حاضرة فيه".

إن صلاة "القلب" وبناءً عليه صلاة "الجسد"، تجعلنا واعين لهذا الحضور وللعلاقة الإلهية الأصلية التي لنا، والتي فيها يصنع الجسد لنفسه مسارًا "تحول الأحاسيس" والذي تحدث عنه غريغوريوس بالاماس، "يحصل على قامة ملء المسيح" (أف٤: ١٣). هذه هي بالحقيقة الصفة المميزة العميقة للنسك المسيحي، إنها معناه الداخلي، والتي تميّزه عن كل النسكيات والتدريبات الأخرى. عند هذه النقطة تتوقف عن كونها أيدولوجية ونظرية أفلاطونية.

إذا كنّا نعي هذه الحقيقة، فإن كل شيء موجودًا في الاتجاه السري لرغباتنا، والذي يجعل من الصلاة الحركة الأكثر حميمية هو الفعل المسكون من النعمة.

خارجًا عن هذا المنظور الأساسي، نقع بوضوح في "وصفة" أو نوع من الثقافة العقل-جسمية لأجل تحرير النفس بواسطة النفس. "إن الخطية رابضة عند الباب" (تك٤: ٧)، ونحن لسنا في أمان من السقوط فيها، ومن الرغبة لميلاد أنفسنا من خلال أنفسنا، ومن التواجد مرة ثانية في زاوية ما من عدم الوعي، ذاك المركز القديم لطموح البشرية: العمل بدون الله. ومن ثم فإن مجهوداتنا غير مؤثرة إطلاقًا؛ لا يمكننا أن نفعل أي شيء بأنفسنا أكثر من أن نلد وحشًا من الكبرياء. "تُوجَدُ طَرِيقٌ تَظْهَرُ لِلإِنْسَانِ مُسْتَقِيمَةً وَعَاقِبَتُهَا طُرُقُ الْمَوْتِ" (أم١٦: ٢٥). هل من مرشد أكثر عميً من أنفسنا؟ الكنيسة فقط، يبت كنز الحكمة، هي وحدها تستطيع أن تحفظنا من الطريق الخطأ.

الفصل الرابع

صلاة يسوع كطريقة حياة

اتبعني

مر٢: ١٤

إن صلاة يسوع هي قبل كل شيء، اعتراف إيمان، يحتوي على إيمان كل أجدادنا، ويلدنا إلى الذكرى الثابتة لكل العجائب التي أنجزها الله من خلالهم. إن الإعلان الكتابي هو إعلان من أجلنا اليوم. ففي فتح الكتاب المقدس، نكتشف طرق الله تجاهنا والتي يحملها اسم يسوع إلى أعلى إدراكهم.

ومن ثَمَّ، يجب أن تُغَذَّى صلاة يسوع وتُخَصَّب بألفة عظيمة مع الكتاب المقدس. إن الاسم هو الكلمة التي تحوي كل الكلمات. ومن خلال هذا التخصيب البطيء والمملوء حبًا، فإن الكتاب المقدس يجعل روحه تتغلغل فينا، ومن خلال الصلاة، يعيد تشكيل أعمق سلوكياتنا. إن المحتوى الحقيقي لصلاة يسوع هو الكتاب المقدس، والكتاب المقدس يجد في الصلاة أحد طرقه الأوّلية لتطوير سلوكياتنا الأساسية. ومن خلال صلاة يسوع، نتعلم أن نعيش الكلمات بدلاً من قراءتها فقط. نحن ببساطة نتعلم أن نحيا، نتعلم أن نترك مخاوفنا وأن نترك الأنا (ذواتنا)، وندخل في "عهد النار" مع الواحد، الذي سيقودنا في طريق مختلف للوجود.

يهوشافاط، ملك يهوذا، وهو مُحاط بالمؤابيين مواجِهًا إبادة مؤكدة، صرخ إلى الله: "لَيْسَ فِينَا قُوَّةٌ أَمَامَ هذَا الْجُمْهُورِ الْكَثِيرِ الآتِي عَلَيْنَا، وَنَحْنُ لاَ نَعْلَمُ مَاذَا نَعْمَلُ وَلكِنْ نَحْوَكَ أَعْيُنُنَا". وأجاب الله: "لاَ تَخَافُوا وَلاَ تَرْتَاعُوا بِسَبَبِ هذَا

الْجُمْهُورِ الْكَثِيرِ، لأَنَّ الْحَرْبَ لَيْسَتْ لَكُمْ بَلْ لِلهِ" (٢أخ٢٠: ١٢، ١٥). ما هذا الإعلان غير العادي! ليس لنا أن ندبّر حياتنا، فنحن لسنا أسياد التاريخ لأن الله وحده هو السيد. معركة الحياة هذه ليست لنا، ولكنها له هو. "لَيْسَ عَلَيْكُمْ أَنْ تُحَارِبُوا فِي هذِهِ. قِفُوا اثْبُتُوا وَانْظُرُوا خَلاَصَ الرَّبِّ مَعَكُمْ" (آية ١٧). هذا وعد مذهل، لو اتخذ يهوشافاط "الوضع الصحيح". وما هو؟ أن يضع الشخص نفسه بالكامل في يدي الله، في ثقة تامة، لكي لا يمنعه من العمل. في هذه اللحظة عندما تشير كل الظواهر إلى الضد، عند أعلى درجات الذعر أمام الموت المؤكد الذي كان جيش الأعداء الهائل موشكًا أن يُلحِقه بهم، "فَخَرَّ يَهُوشَافَاطُ لِوَجْهِهِ عَلَى الأَرْضِ، وَكُلُّ يَهُوذَا وَسُكَّانُ أُورُشَلِيمَ سَقَطُوا أَمَامَ الرَّبِّ سُجُودًا لِلرَّبِّ" (آية ١٨).

تسمح لنا صلاة يسوع المكرَّرة بلا ملل ولا كلل قبل أن يتقدّم حدث ما نفسه لنا أن "ننحني" أمام الله الذي يعمل في هذا الحدث. ولأنه يعمل، فنحن علينا أن نسجد له، وأن نُخضع أنفسنا له بحقيقة إيماننا. في بداية المعركة، صرخ يهوشافاط: "اسْمَعُوا يَا يَهُوذَا وَسُكَّانَ أُورُشَلِيمَ، آمِنُوا بِالرَّبِّ إِلهِكُمْ فَتَأْمَنُوا. آمِنُوا بِأَنْبِيَائِهِ فَتُفْلِحُوا" (آية ٢٠). ثم تحركوا للأمام قائلين: "احْمَدُوا الرَّبَّ لأَنَّ إِلَى الأَبَدِ رَحْمَتَهُ" وفي هذه اللحظة "جَعَلَ الرَّبُّ أَكْمِنَةً" على أعدائهم (آية ٢١، ٢٢).

إن الكتاب المقدس يعطينا هنا مثالاً قويًا فيه يُلقي منطقنا جانبًا، ولكن هذا ما يحدث دائمًا، لأنه "لَيْسَتْ طُرُقُكُمْ طُرُقِي" (إش٥٥: ٨). إن اتخاذنا للوضع الصحيح ربما يكون أكثر صعوبة في تفاهة الطحن اليومي عنه في المواقف الاستثنائية. ومن ثَمَّ، فإن الصلاة "تبقينا معًا" كما قال النص، في الوضع الأصيل بحسب إيماننا والذي، وراء كل منطق بل وأحيانًا ضده، يسمح لنا

أن "ننحني"؛ أي أن نسلِّم أنفسنا إلى فعل محبة الله، أن نؤمن وأن نعشق. فإنه من خلال الإيمان نخلص ويُنجَز المستحيل.

في هذا الموضوع، نجد الكتاب المقدس واضحًا وضوحًا ساطعًا ويضاعِف من خلال تاريخه العديد من تلك المشاهد: فبعد يهوشافاط، يجب أن تُقرَأ ملحمة يشوع، وداود وجليات، وجدعون، وأيوب. إن النسيج الكتابي بالكامل مُعَبَّر عنه هناك؛ إنه الفكرة المركزية للكتاب المقدس، هو السياق لكل النصوص سواء كان مذكورًا أم لا. يسوع هو تحقيق هذا الإيمان، التجسُّد المشخصن لهذا السلوك. فإننا لا نفهم شيئًا من الإنجيل إذا لم نرى وراء كل فعل من أفعال المسيح فعل الآب الذي يتمّم المسيح مشيئته. لقد عبَّر عنها يسوع في أوقات كثيرة: أمام قبر لعازر، أثناء مباركة الخبز أو في جثسيماني. وهو يدعونا أن نفعل نفس الشيء: "بِدُونِي لاَ تَقْدِرُونَ أَنْ تَفْعَلُوا شَيْئًا" (يو١٥: ٥).

للأسف، غالبًا ما يكون لدينا فكرة خاطئة عن الإيمان. فعندما نشعر بشيء ما فعندئذ نحن لنا إيمان. إلا أن الإيمان لا يأتي من شعور نفسي أو عاطفي ولكن من قرارنا. فيمكننا أن نقرر أن نؤمن وأن يكون لدينا ثقة، هذا هو فعل حريتنا. فنحن أحرار في أن نقبل كلمة الله كأسمى حقيقة لنا، بدون اعتبار لما هي مشاعرنا التي تخبرنا بها أحاسيسنا وأفكارنا في طغيانهم. إن الوعود العظيمة الموجودة في الكتاب المقدس تصير أمرًا واقعًا عندما نقرر أن نقبلها بالإيمان! سواء نشعر بشيء أم لا، فهذا لا يدخل في الصورة. إن المرء الذي يخلي ذاته في إيمانٍ بين يدي الله -بسلوك "ارحمني، أنا الخاطئ"- قد وُلِد جديدًا عن طريق الروح القدس.

وعلى النقيض، إن السبب لشكوكنا هو نفس الشيء دائمًا: "أنا لا أشعر بأي شيء". ولذلك فنحن لسنا ضحايا لمشاعرنا العقلية فقط، ولكن لدينا إيمان

بذواتنا أكثر من الإيمان بكلمة الله! إن الصلاة تأتي لتقلب هذه العلاقة رأسًا على عقب: فمن خلالها إيماننا يؤسَّس على ما قاله الله وليس على ما نشعر به. "ربي، أريد أن أؤمن وأقرر أن أقبل كلمتك، ووعودك بالحرف!" أن ندع الصلاة تسكن فينا من خلال هذا القرار الذي يبعدنا قليلاً قليلاً من الاعتماد على الأنا (الذات) والعبودية لها والتي تسيطر علينا باستمرار. "وَالْحَقُّ يُحَرِّرُكُمْ" (يو٨: ٣٢).

على المرء أن يأخذ كلمة الله كحقيقة ثم يبني فوقها، ومن ثم يكون حرًا. إن السلام والفرح العميق يولدان فينا في هذه اللحظة، سواء كانت مشاعرنا جافة وفارغة أو كانت في اهتياج شديد. أن تحيا بالإيمان فهذا يغيّر كل شيء، وهذا هو التدريب الذي يحدث بواسطة الشخص الذي يصلي. "مَنْ آمَنَ بِي كَمَا قَالَ الْكِتَابُ تَجْرِي مِنْ بَطْنِهِ أَنْهَارُ مَاءٍ حَيٍّ" (يو٧: ٣٨).

من خلال الصلاة، يسحبنا المسيح خارج جحيمنا الذاتي ليقدمنا إلى الله الذي لديه تصميم مُحِب لكل البشرية ولكل فرد فينا بوجه خاص. إن كل الكتب المقدسة تقول وتكرر هذا: إنه اختارك من قبل ميلادك؛ وهو يعرف كل ألياف كيانك؛ أصغر أفكارك مألوفة لديه حتى قبل أن تعبِّر عنها؛ فلا شيء يتعلق بك يُترَك لمحض الصدفة (مز ١٣٩)؛ فهو يطلبك باستمرار ولن يتوقف عن انتظارك مثل خطيب (نشيد الأنشاد، هوشع، ومثل الخروف الضال: لو١٥؛ فلا تسقط شعرة واحدة من رأسك بدون إذن منه (مت١٠: ٣٠). أخيرًا، هو يموت حبًا لأجلك شخصيًا ويقوم ثانية ليقدم لك كمال الحياة. كل هذا يجري هنا والآن، في وسط ما تعيشه والذي في عيني ذاتك ربما يكون مثيرًا لاستيائك، أو مقززًا لنفسك، أو مفزع. إن يعقوب الرسول يقول: "اِحْسِبُوهُ كُلَّ فَرَحٍ يَا إِخْوَتِي حِينَمَا تَقَعُونَ فِي تَجَارِبَ مُتَنَوِّعَةٍ، عَالِمِينَ أَنَّ امْتِحَانَ إِيمَانِكُمْ يُنْشِئُ صَبْرًا. وَأَمَّا الصَّبْرُ

فَلْيَكُنْ لَهُ عَمَلٌ تَامٌّ، لِكَيْ تَكُونُوا تَامِّينَ وَكَامِلِينَ غَيْرَ نَاقِصِينَ فِي شَيْءٍ" (يع١: ٢-٤). ولكن هذا يفترض، كما قال القديس بولس، أننا لا ندع أنفسنا تشاكل هذا الدهر، ولكننا نقدم ذواتنا كذبيحة حية لله (رو١٢).

"أن نقدم ذواتنا ذبيحة حية لله" هو أحد أكثر التعريفات الرائعة للصلاة الدائمة. فهي تعني أن نلتصق بالكامل، وبمحبة، إلى ما يحدث، منسجمًا مع اللحظة الحاضرة وهي تقدِّم نفسها إلينا، قائلين "نعم" إلى الحدث الذي يقع علينا مهما كان، بدون السماح لذواتنا أن تحكم عليه، رافضين أن نقول أن هذا "فظيع، غير مقبول، بشع". إن كل تفسير عقلي للأحداث يمنعنا من اختبار العناية، لأن كل حدث، بدون استثناء، هو توضيح هذا الاختبار! (إش٤٥: ٦-٧؛ تث٣٢: ٣٩؛ ١مل٢: ٦-٧؛ عا٣: ٦؛ جا١١: ١٤؛ أي١: ٢١؛ تك٤٥: ٥-٨؛ يو١٨: ١١). يلخّص القديس أغسطينوس جيدًا إجماع الآباء على هذا الموضوع: "إن كل ما يحدث لنا هنا ضد مشيئتنا، يحدث لنا من خلال مشيئة الله فقط، من خلال ترتيبات العناية. وإذا أخذنا في الاعتبار ضَعف روحنا، ولا نستطيع إيجاد سبب هذا الحدث أو تلك، فلنُعْزِي هذا إلى العناية الإلهية، معطين إياها هذا المقام الرفيع والكرامة بقبولنا إياها من يديها، مؤمنين على نحو راسخ إنها لم ترسلها لنا بدون قصد" (DE Genesis).

ولهذا أصر المسيح مرات كثيرة: "لا تدينوا!" إن الحكم، والتفسير، وكثرة إبداء الآراء فيما يتعلق بكل شيء ("ما أفظع هذا الجو!") تضع مسافة بيننا وبين الحدث. فذواتنا تصير واعية لنفسها بواسطة آرائها، تشعر بنفسها حية، تنتفخ وتفصل نفسها من الحقيقة الملحوظة. هذا هو بالضبط تعريف الخطية: بُعْد، عزلة، انفصال، ما يجعلنا نفقد معنى كل يحدث لنا.

أحد أول تأثيرات صلاة يسوع هو أنها توقف هذا السلوك فينا وأنها تساعدنا على التعرُّف على الحضور الإلهي في الحدث بوضع الاسم القدوس عليه. فإنه من خلال هذه "الطريقة" يحررنا المسيح من خطايانا. فهو يقدم نفسه بالكامل إلى مشيئة الله التي يتعرَّف عليها في أسوأ ظلمة معاناته. لا شيء كان يمكن أن يكون أكثر صعوبة في الاحتمال وأكثر رعبًا من آلام المسيح. فقد كانت تمام النقيض لماهيته، الله-الإنسان، لدرجة أن يعرق دمًا بسببها.

هناك بالضبط، حيث لا شيء يعمل بشكل صحيح في أعين البشرية، يوضح هو أمام العالم وللتاريخ المسار الوحيد الممكن في وجه المعاناة، الإجابة الوحيدة الممكنة عن سؤال المعاناة الذي لم تتمكن البشرية أبدًا من أن تجيب عليه: قبول ما لا يُقبَل لأن مشيئة الله تعبِّر عن نفسها هناك. هذا هو الإيمان في أنقى حالاته حيث لا شيء يمنعه من التصديق! وهذا الخضوع الكامل. حيث لا يتبقي شيء من مشيئتنا الخاصة، يسمح لله أن يعمل بقوة، وأن يصنع من المعاناة، وحتى من الموت، كيمياء حقيقية veritable alcehmy. كما أن اليرقة المطوية داخل شرنقتها تصير فراشة، هكذا نحن نتشكل داخل كمال البشرية القائمة.

هذا هو السلوك الأساسي لتلميذ المسيح. بطرس ويعقوب ويوحنا، الثلاثة مُبتَدئين العظام، كانوا أول من قبلوه في ألفة المسيح في جثسيماني. هذا هو سلوك المُمسَك في يدي الأم، ليس فقط في المعاناة، ولكن في كل لحظة، إذ أن كل لحظة هي تجربة وتأتي لتؤكد إيماننا. سواء أمام سوء الجو، أو الألْف إغاظة في الحياة اليومية، أو المرض، أو الموت، فقط كلمة "نَعَم" -تامة وبدون تحفُّظ- لكل حدث وكل موقف وفي كل لحظة هي التي تخرجنا من الخطية، ومن الانفصال عن الله. فنحن واحدًا مع الحدث، مثلما يكون الطفل واحدًا مع أمه، مستسلمًا

بين ذراعيها. مُسَمَّرًا على الصليب، المسيح هو الطفل الممتاز. "يا أبتاه في يديك أستودع روحي"، ثم أضاف، بما أن سر السلوك الصحيح قد أُعطي الآن لتلاميذه: "قد أُكمل!"

فقط، هذا القبول الكلي، وهذا الخضوع الكلي، وهذه "النَعَم" بدون تحفُّظ لكل ما يحدث، في الإيمان الراسخ أن الله يعمل ولن ينقطع عن أن يخلق، يجعل المسيح منتصرًا على المعاناة والموت بدلاً من أن يكون ضحيتهم. وباتّباع مثاله، يمكن أن تصبح صلاتنا مع الوقت دراما مشابهة.

هذا هو "عرس الخروف" المذكور في سفر الرؤيا، حيث يصل العهد الكتابي إلى ذروته. وكما يقول القديس بولس بقوة ودقة: "لأَنَّ ابْنَ اللهِ يَسُوعَ الْمَسِيحَ، الَّذِي كُرِزَ بِهِ بَيْنَكُمْ، لَمْ يَكُنْ نَعَمْ وَلاَ، بَلْ قَدْ كَانَ فِيهِ نَعَمْ، لأَنْ مَهْمَا كَانَتْ مَوَاعِيدُ اللهِ فَهُوَ فِيهِ النَّعَمْ وَفِيهِ الآمِينُ، لِمَجْدِ اللهِ" (٢كو١: ١٩-٢٠).

ولأن الله دخل في التاريخ، هابطًا مباشرةً إلى ظلمة تجربتنا الإنسانية، وخاصةً إلى معاناتنا، الموت وكل مواقفنا الجحيمية، فإن النسيج المعتاد لحياتنا اليومية هو موقع لقائنا معه، مكان العهد، هناك بالضبط يحدث تبادل المشيئات بين الله والأشخاص. في تبعية المسيح الذي هو "نعم" فقط، نحن ننطق "نَعَمنا" بإخضاع أنفسنا للحدث، وتاركين أنفسنا تُصلب على الموقف المقدَّم: "لتكن مشيئتك!" ثم من الحدث، بغض النظر عن مدى كونه مقززًا للأنا (الذات)، ينبثق "مجد الله" كما يقول القديس بولس، وبدورنا نصير مثل المسيح، "الحمل الذبيح" ونحتفل في كل لحظة بعرس الخروف بدلاً من فقدان ذواتنا في ظلمة العالم.

هنا حيث نجد سر ما نسميه الحياة الروحية وليس هناك مكانٌ آخر. هذا هو النواة حيث تبدأ الحياة المستيكية (السرية): إنه دائمًا في اللحظة الحاضرة أننا

نقدم مشيئتنا لشيء ما. إنها هنا والآن حيث نقطع عهدًا مع شيء ما، ونعطي قلبنا، لنتعهّر أو لنصير إلهيين. إن اللحظة الحاضرة ليست هي زمنًا ولا أبدية، ولكن هي النقطة التي يتلاقى فيها الاثنان، وإنه فقط على هذا الصليب، صليبنا، نمارس حريتنا. لمن، ولأي شيءنعطي أنفسنا ونُخضِع ذواتنا؟ يجب أن نكون على دراية أنه عند كل لحظة يوجد اختيار، وإنه لأمر مأسوي أن لا نعيش بوعي، وأن يترك المرء نفسه يتلاطم من الأحداث مثل زجاجة في المحيط بدون اتجاه. لأن سفر الرؤيا يقول: "لأَنَّكَ فَاتِرٌ، وَلَسْتَ بَارِدًا وَلاَ حَارًّا، أَنَا مُزْمِعٌ أَنْ أَتَقَيَّأَكَ مِنْ فَمِي" (رؤ٣: ١٦).

ويستمر نفس النص غير العادي: "أُشِيرُ عَلَيْكَ أَنْ تَكْحَلْ عَيْنَيْكَ بِكُحْلٍ لِكَيْ تُبْصِرَ" (آية ١٨). ثم يضيف يوحنا لاحقًا: "مَنْ لَهُ أُذُنٌ فَلْيَسْمَعْ مَا يَقُولُهُ الرُّوحُ" (آية ٢٢). وماذا يقول؟ كيف نفك شفرة كلمته وراء حدثٍ موجودٍ في الوقت الحاضر؟ "إِنِّي كُلُّ مَنْ أُحِبُّهُ أُوَبِّخُهُ وَأُؤَدِّبُهُ" (آية ١٩). هنا يوضح سفر الرؤيا الطريقة الرئيسية العظمى التي يعلّم بها الله أولاده، والتي توجد على مدار الكتاب المقدس. من سفر الأمثال، حيث نقرأ: "لأَنَّ الَّذِي يُحِبُّهُ الرَّبُّ يُؤَدِّبُهُ وَكَأَبٍ بِابْنٍ يُسَرُّ بِهِ" (أم٣: ١٢)، وإلى الرسالة إلى العبرانيين، حيث نجد مقطع مشهور: "إِنْ كُنْتُمْ تَحْتَمِلُونَ التَّأْدِيبَ يُعَامِلُكُمُ اللهُ كَالْبَنِينَ. فَأَيُّ ابْنٍ لاَ يُؤَدِّبُهُ أَبُوهُ؟ وَلكِنْ إِنْ كُنْتُمْ بِلاَ تَأْدِيبٍ، قَدْ صَارَ الْجَمِيعُ شُرَكَاءَ فِيهِ، فَأَنْتُمْ نُغُولٌ لاَ بَنُونَ... أَفَلاَ نَخْضَعُ بِالأَوْلَى جِدًّا لأَبِي الأَرْوَاحِ، فَنَحْيَا؟... وَأَمَّا هذَا فَلأَجْلِ الْمَنْفَعَةِ، لِكَيْ نَشْتَرِكَ فِي قَدَاسَتِهِ" (عب١٢: ٧-١٣).

هنا نجد ما نراه في الحدث، ولكن ما هو الذي يجب أن نسمعه؟ "هَئَنَذَا وَاقِفٌ عَلَى الْبَابِ وَأَقْرَعُ. إِنْ سَمِعَ أَحَدٌ صَوْتِي وَفَتَحَ الْبَابَ، أَدْخُلُ إِلَيْهِ وَأَتَعَشَّى مَعَهُ وَهُوَ مَعِي" (رؤ٣: ٢٠). وبكلمات أخرى، إن اللحظة الحاضرة هي المسيح

نفسه، لأنه هو شخصيًا الأبدية مُدخَلة إلى الزمن؛ والزمن مملوء بحضوره. وأن نتحد باللحظة، أن ننسجم مع ما يحدث هنا والآن هو أن ندخل في ألفة المسيح، وأن نجلس على المائدة معه.

هذه هي الطريقة الوحيدة لتفادي الهزيمة أمام التجارب، والتي هي الطلب الأخير لأبينا. وعلى العكس، أن نكون منتصرين مع المسيح على المعاناة والموت الذي الوقت المارّ "مفترس الشعوب" يشمله، ولكي نقهر الزمن وما يحتويه، يجب أن نتجاوزه بواسطة سلوك التسليم من خلال كلمة "نَعَم" الواثقة التي تقولها العروس والتي تستقبل في كل لحظة هدية من عريسها.

هذا السلوك هو مضاد بكل ما تحمل الكلمة من معاني لسلبية الخنوع، وخاصة الهزيمة؛ إنه يولِّد فعلاً تتحرر فيه القوى الخارقة للطبيعة داخلنا؛ والتي فيها نمركز أنفسنا حول قوة الله الخلّاقة، وليس فقط على الثورات التي تترك خلفها آثارًا للموتى.

إن القديسين عرفوا دائمًا كيف يركزون كيانهم بالكامل على هذه النقطة الواحدة. إن هذا الانتصار وُعِد به لكل واحد منا في سفر الرؤيا: "مَنْ يَغْلِبُ فَسَأُعْطِيهِ أَنْ يَجْلِسَ مَعِي فِي عَرْشِي، كَمَا غَلَبْتُ أَنَا أَيْضًا وَجَلَسْتُ مَعَ أَبِي فِي عَرْشِهِ" (رؤ٣: ٢١). وهذا النص مسبوق بالكلمة: "فَكُنْ غَيُورًا وَتُبْ" (آية ١٩).

إنها الخطية، التي تفصلنا وتبعدنا عن الله الذي هو أكثر موضوعية لحياتنا من أي شيء آخر يحيط بنا. فعن طريق الخطية نحن صُمٌّ وعُمْي: "الَّذِينَ لَهُمْ أَعْيُنٌ لِيَنْظُرُوا وَلاَ يَنْظُرُونَ. لَهُمْ آذَانٌ لِيَسْمَعُوا وَلاَ يَسْمَعُونَ" (حز١٢: ٢/مت١٣). نحن كائنات مغلقة. "هَئَنَذَا وَاقِفٌ عَلَى الْبَابِ وَأَقْرَعُ" (رؤ٣: ٢٠). يجب علينا دائمًا أن نفتح، لأن الذي يقرع دائمًا هو الله. إن العقل يرى أحيانًا الصالح، وأحيانًا أخرى الطالح، ولكن رؤية الحق ترى الصالح فقط كما قال القديس

بولس: "كُلَّ الأَشْيَاءِ تَعْمَلُ مَعًا لِلْخَيْرِ لِلَّذِينَ يُحِبُّونَ اللهَ" (رو٨: ٢٨)، ولهذا السبب استطاع أن يقول بعد ذلك: "ازْدَدْتُ فَرَحًا جِدًّا فِي جَمِيعِ ضِيقَاتِنَا" (٢كو٧: ٤). لأنه لو كان المسيحي يحيا، "فَأَحْيَا لاَ أَنَا بَلِ الْمَسِيحُ يَحْيَا فِيَّ" (غل٢: ٢٠). إن معاناة المسيحي هي حمْل موت المسيح، وعندما يقبل المسيحي هذا، فهو يشابه المسيح (في٣: ١٠).

فنحن "حَامِلِينَ فِي الْجَسَدِ كُلَّ حِينٍ إِمَاتَةَ الرَّبِّ يَسُوعَ، لِكَيْ تُظْهَرَ حَيَاةُ يَسُوعَ أَيْضًا فِي جَسَدِنَا" (٢كو٤: ١٠). هكذا فهمنا وعشنا، أن المعاناة، وكل ما "يضايقنا"، هو "موهوب لنا" (في١: ٢٩) ولهذا: ثقل مجد أبدي لا يُقارن (٢كو٤: ١٧) سيولد فينا منذ الآن.

إن البرهان المدهش لهذه العبارة يكمن في سلوك الرسل الذين، بالرغم من كونهم مجلودين، ومهانين، ومعَذَّبين، امتلأوا بالفرح عندما كانوا يعانون لأجل الاسم (أع٥: ٤١). ونحن وارثيهم، تلاميذ للمسيح كما كانوا، وكل ما نحياه يمكن فقط أن يكون في اسمه وبسببه. عندما يجلدنا أحيانًا كياننا ونكون في تجربة، فإن يسوع يعلن أننا "مبارَكين" في التطويب الأخير: "طُوبَى لَكُمْ إِذَا عَيَّرُوكُمْ وَطَرَدُوكُمْ وَقَالُوا عَلَيْكُمْ كُلَّ كَلِمَةٍ شِرِّيرَةٍ مِنْ أَجْلِي كَاذِبِينَ. اِفْرَحُوا وَتَهَلَّلُوا..." (مت٥: ١١، ١٢). إن المسيح يكشف لنا أنه يمكننا قبول المعاناة لأنها تجعلنا مشابهين له، ومن ثم يحرّرنا من الداخل! إن الله لديه خطة تامة للتاريخ، وعملنا هو أن نتحد بها. إن صلاة يسوع تقدم لنا هذه الشركة الدائمة.

نحن هنا أمام نظرة جديدة بشكل جذري لحياتنا اليومية: إنها طريقة وجود ثورية في قلب كيان الجهاد، تحوّلٌ كاملٌ لسلوكنا الذي يجعلنا عدوانيين مقابل كل ما لا يناسبنا. إن التلميذ الحقيقي للسيد المسيح "متأصّل في المحبة" (أف٣: ١٧)، وبكلمات أخرى، مثل جذور وأساسات، فهو أو هي يعيش وراء مظاهر

وسطح الأشياء، شاعرًا بحب الله الأعظم الذي يُقدِّم باستمرار لنا. إن التلميذ يغوص في أعماق الحدث ليطلب اللقاء مع الحبيب الأوحد مثل جذور عطشى تغوص في الأرض بحثًا عن الماء المعطي للحياة. ولذا، فإن كل لحظة هي الفرصة الفُضلى، ويجب علينا أن لا ندعها تهرب لكي نتقدم في الطريق.

لن نسمع عن قديس يهرب من التجربة أو يشتكي من مرض. إن أقل مضايقة هي بركة له. وهو يتهلل في كل شيء "في كافة الأوقات وكافة الأماكن". ويضع القديس بولس نغمة هذه السحابة العظيمة من الشهود منحدرة عبر التاريخ: "اِفْرَحُوا فِي الرَّبِّ كُلَّ حِينٍ وَأَقُولُ أَيْضًا افْرَحُوا... الرَّبُّ قَرِيبٌ... لاَ تَهْتَمُّوا بِشَيْءٍ" (في٤: ٤-٦).

عندما كانت القديسة تريزا الطفل يسوع ترى إحدى بناتها المبتدئات عابسة فقط، كانت تعنّفها في الحال! إن أقل توتر في جسدنا يدل على أننا نعتمد على أنفسنا أكثر من الله. لأن الله موجود في التفاصيل، وليس في أفكارنا التجريدية المصنوعة بشكل جيد أو في التعميمات المبهمة غير الحقيقية. أن نكون منتبهين، واعين تمامًا بالتفاصيل، أن نبتهج في الدقيقة التي نعيشها، مقدِّرين كل موقف، هذا هو جوهر الطريق. كما قالت تريزا الصغيرة: "لكي أحوِّل كل شيء إلى حب من لحظة إلى لحظة" وأن أتذكر "أنه في كل لحظة أملك بين يدي القوة التي لا تصدق لكي تترجم الحب أو تخونه". فهي قد آمنت، مثل العديد من القديسين الأُخَر، بالحب، ليس أكثر ولا أقل، بالحب كمصدر كل الحياة، وكطريق للكمال، وكنهاية فريدة.

يمكن أن يقال أن كل القديسين -وهذه هي الصفة المميزة للتلميذ الحقيقي- قد حلّوا بشغفٍ شفرة وجه الحب المائل تجاههم في الحياة اليومية، وجه سيدهم، وقد أعطوا ذواتهم له. هذا هو السلوك الوحيد الي يجعلنا نحصل على أعماق

الأشياء في كل لحظة. ومن ثم ليس هناك حدث سيكون عائقًا للمحبة، مهما بدا مخادعًا أو مقززًا، وكل ما يحدث سيُرى أنه يأتي من المحبة، مُعطى لنا كطريق لنذهب إليه.

لكي نؤمن بهذا يجب أن يكون لنا خبرة إيمان في أنقى صوره. فنحن نستند فقط على ما نعرفه. لكن الحق وحده يكفي والإيمان الراسخ أن محبة الله لن تزول: "مَنْ سَيَفْصِلُنَا عَنْ مَحَبَّةِ الْمَسِيحِ؟ أَشِدَّةٌ أَمْ ضِيْقٌ أَمِ اضْطِهَادٌ أَمْ جُوعٌ أَمْ عُرْيٌ أَمْ خَطَرٌ أَمْ سَيْفٌ؟ كَمَا هُوَ مَكْتُوبٌ: «إِنَّنَا مِنْ أَجْلِكَ نُمَاتُ كُلَّ النَّهَارِ. قَدْ حُسِبْنَا مِثْلَ غَنَمٍ لِلذَّبْحِ». وَلكِنَّنَا فِي هذِهِ جَمِيعِهَا يَعْظُمُ انْتِصَارُنَا بِالَّذِي أَحَبَّنَا. فَإِنِّي مُتَيَقِّنٌ أَنَّهُ لاَ مَوْتَ وَلاَ حَيَاةَ، وَلاَ مَلاَئِكَةَ وَلاَ رُؤَسَاءَ وَلاَ قُوَّاتِ، وَلاَ أُمُورَ حَاضِرَةً وَلاَ مُسْتَقْبَلَةً، وَلاَ عُلْوَ وَلاَ عُمْقَ، وَلاَ خَلِيقَةَ أُخْرَى، تَقْدِرُ أَنْ تَفْصِلَنَا عَنْ مَحَبَّةِ اللهِ الَّتِي فِي الْمَسِيحِ يَسُوعَ رَبِّنَا" (رو٨: ٣٥-٣٩).

حينذاك، يوجد جهدٌ واحدٌ في حياتنا، جهدٌ واحدٌ فريدٌ خلال كل ما نعمله منذ الصباح إلى المساء: تثبيت انتباهنا بإحكام على الله الذي يسعى إلينا ويحبنا. وأن نكون شغوفين بهذا الجهد، وأن نكون حرفيًا مأخوذين به، إنه سر جميع القديسين والعباقرة. إنهم يجمعون طاقاتهم معًا في نقطة واحدة ويلاحقون بلا كلل قصدًا عظيمًا يوحّد كيانهم بالكامل.

بالنسبة للشخص الذي يشيّد حياته بهذا الأسلوب، موَجَّهًا بهذه الطريقة الجذرية، كل شيء يبدأ ثم تتقدم الأمور بسرعة، لأن الطريق سريع! ففي شخصٍ مُخْلٍ ذاته هكذا، مستسلمٍ تمامًا، لن يتوقف الله عن العمل. حتى لو لم يكن يفكر دائمًا في ذلك، فزمام حياته بين يدي الرب، وهو وحده، الرب، الذي يقوم بالمبادرة. هذا هو الاتضاع الحقيقي. وهذا هو أساس القداسة.

إن صلاة يسوع هي أداة هذا الاختراق. لا شيء يكبح اندفاع طبيعتنا نحو الاستقلال الذاتي ويوضعنا أكثر في قبضة النعمة مثلها. إن الصلاة تقودنا إلى ممارسة أكثر إخلاء داخلي على الإطلاق، مهاجمين الأنا (الذات)، ليس في مظاهرها، ولكن في قلبها.

قليلاً قليلاً، نلتزم بعادة الانصراف عن ذواتنا والالتفات نحو المسيح. فأن يضع المرء نفسه في حضور شخص المسيح، والذي يحدث باستمرار، يُعدِّلنا حقًا. إن شخص المسيح يجلينا. وبدوام النظر إليه، يشق طريقه فينا. أسلوبه، ردود أفعاله، أفكاره تصبح أفكارنا كدرب من العدوى، بواسطة تناضح osmosis حقيقي. هذه "المحاكاة الانتقائية" والتي يقدّرها علم النفس، هي أحد البنّائين العظام للشخصية: لا يوجد شيء أكثر تشكيلاً من أن تكون تحت التأثير المباشر لشخص نضع فيه حبنا. ولكن عندما يتعلق الأمر بالمسيح، فإن هذه الظاهرة لا تكون مجرد تكافلاً إنسانيًا. إنها طفرة وجودية حيث تسري فينا "الطاقات غير المخلوقة"، والتي هي حياة الله، وتصيِّرنا باستمرار أكثر فأكثر توافقًا مع المسيح (رو٨: ٢٩)، وتدريجيا تجتذبنا إلى مشابهته.

إن المحاكاة، التي تبنّاها اليوم علماء النفس في خدمة النفوس، هي حقيقة سرية مستيكية منذ فجر المسيحية في خدمة البشر لأجل تحوُّلنا الكلي، جسدًا-نفسًا-روحًا. عندما يقول القديس بولس أنه "متمثل بالمسيح"، فهو يستخدم اللغة العامية العلمانية للمسرح: إن الممثل يضع نفسه تمامًا تحت جلد الشخصية التي يمثلها، حتى أنه يتخذ سماتها وملامحها، ويكون "متحدًا تماما بالمسيح" (رو٦: ٥)، فيجعله مرئيًا للناس الآخرين.

"أَحْيَا لاَ أَنَا، بَلِ الْمَسِيحُ يَحْيَا فِيَّ" (غل٢: ٢٠). إن الشخص يكون موحَّدًا عندما تكون كل العناصر التي تشكل حياته واحدة، أي تنبثق من نفس

المصدر وتتجه نحو نفس الهدف: المسيح، فنكون هو، في كل لحظة، خلال الإيماءات، الكلمات، النظرات، السلوك، الرغبات... وقليلاً قليلاً نكون هو حتى في ردود أفعالنا العفوية. هذا هو النسك الأساسي! "مَعَ الْمَسِيحِ صُلِبْتُ" (غل٢: ٢٠)، بحسب التعبير القوي للقديس بولس، تعني أن لا تكون الذات بعد هي أساس أفعالنا، ولكن المسيح الذي يحيا فينا. ويسوع نفسه قال في عشية موته: "الَّذِي يَثْبُتُ فِيَّ وَأَنَا فِيهِ هذَا يَأْتِي بِثَمَرٍ كَثِيرٍ، لأَنَّكُمْ بِدُونِي لاَ تَقْدِرُونَ أَنْ تَفْعَلُوا شَيْئًا" (يو١٥: ٥).

في هذا السياق، يكشف الحب عن هويته الغامرة. فنحن صُنعنا من أخلاقيات الحب، حب البشر أو الإخلاص الشديد -حتى بين المسيحيين- عندما يعلن الحب عن نفسه هنا كلا شيء أقل من الحميمية حياة المسيح. فالقضية أن نجعله مادة فعلنا، الطريقة التي نحياها تصبح حياة المسيح "برهان قوته" كما قال القديس بولس (١كو٢: ٤). وقد قال يسوع: "بِهذَا يَعْرِفُ الْجَمِيعُ أَنَّكُمْ تَلاَمِيذِي: إِنْ كَانَ لَكُمْ حُبٌّ بَعْضًا لِبَعْضٍ" (يو١٣: ٣٥). "كُلُّ مَنْ يُحِبُّ فَقَدْ وُلِدَ مِنَ اللهِ وَيَعْرِفُ اللهَ" (١يو٤: ٧) في الحس الكتابي للكلمة (أي أن يختبر). ويكمل القديس يوحنا بهذه الفطنة التي تعبِّر مرة أخرى عن الإعلان الكامل: "بِهذَا أُظْهِرَتْ مَحَبَّةُ اللهِ فِينَا: أَنَّ اللهَ قَدْ أَرْسَلَ ابْنَهُ الْوَحِيدَ إِلَى الْعَالَمِ لِكَيْ نَحْيَا بِهِ" (١يو٤: ٩). فالمحبة تعني "أن تحيا من خلال المسيح" ولهذا السبب قد أتى بيننا، ثُمَّ فينا!

هذا الاتحاد الذي لا يصَدّق بين الأشخاص والله، لأن أحدًا أخضع نفسه بالكامل لآخر، يقود إلى الاندماج، بدون اختلاط، مثل الحديد في النار. "إن الروح يجعل المسيح يتغلغل فينا حتى نهاية أصابعنا؛ فهو يخترق جسدنا"، كما صرخ القديس سمعان. إن تقليد الهدوئية بالكامل تَعرَّف عليه، واليوم يبدأ

العلم بتأكيده. إن الشركة في المسيح، الذي هو هدف صلاة يسوع، يغير جوهر الأمور، حتى إلى نخاع عظامنا، حتى إلى تعديل بنائنا الخلوي.

إن المسيحية تقدم لأول مرة في تاريخ البشرية رؤية مختلفة جذريًا للجسد. ففي وعي الديانات غير المسيحية، يكون الجسد، تقريبًا، مرفوضًا في اسم الروح. فالكثير من العالم القديم قد طوَّر ثنائية غير عادية في الأنثربولوجيا (علم الإنسان)، معتبرين الجسد سجن النفس. ولكن كل الفهم الميتافيزيقي، أي فوق الطبيعي والخارق للطبيعة، لتجسُّد الله، والذي هو السر الأساسي للمسيحية، يعتمد أكثر من أي شيء آخر على التعرُّف على الطبيعة الميتافيزيقية للوجود الجسدي المادي، والتي يعبَّر عنها بقوة عظيمة في تعليم قيامة الأجساد. إن الجسد هو جزء ميتافيزيقي من كياننا، والموت، الذي يدمر الجسد، لا يستطيع إبادته تمامًا. "أَمْ لَسْتُمْ تَعْلَمُونَ أَنَّ جَسَدَكُمْ هُوَ هَيْكَلٌ لِلرُّوحِ الْقُدُسِ الَّذِي فِيكُمُ، الَّذِي لَكُمْ مِنَ اللهِ؟" كما قال القديس بولس، و"أَجْسَادَكُمْ هِيَ أَعْضَاءُ الْمَسِيحِ" (١كو٦: ١٩، ١٥).

إن إحدى أعظم علامات التأكيد على حقيقة هذه التعاليم هي الحنين والاشتياق الذي يحيا في كل شخص منذ صباه، الفراغ الروحي الذي يُشعَر به في الجسد كما في النفس. وبكلمات أخرى، أن الجسد ليس هو عبارة عن شيء نمتلكه، ولكنه الظهور الطبيعي لما فوق الطبيعي، لما هو ميتافيزيقي. ومن ثم، فإن ما هو طبيعي وما هو جسدي يصير التعبير المرئي عن السر غير المرئي الذي للكيان، المظهر الخارجي للمسطح التاريخي الذي لبُعْدنا الداخلي وراء المكان والزمان. ولكي نعيد صياغة كلمة "الجسد"، فعلى المرء أن يقول أنه "طريقة وجودنا هنا في العالم". في العهد القديم، لا يوجد حتى كلمة واحدة تدل على كون "الجسد" حقيقة منفصلة من البقية! فنحن وحدة غير منفصلة: دائمًا

في كل جوانبنا، نحن روحيون وجسديون (في مشاركة واختراق تبادلي وكلي). إن تجاوُر الجسد والنفس والروح هو نتيجة الانقسام الأصلي، فخطيتنا هي التي تقسمنا. وبحسب العظماء من بين الآباء (إيرينيئوس، غريغوريوس النيصي، مكاريوس، غريغوريوس بالاماس)، إن الشخص بأكمله خُلِق في صورة الله. نحن كبشر بتكاملنا جسدًا-ونفسًا-وروحًا في شركة مع الله، وهكذا نكون "مكسوين بالكلمة والروح القدس". ولهذا، فإن الجسد نفسه مصنوع على صورة الله، على صورة جسد الكلمة الذي هو الله المتجسد. كما أوضح القديس صفرونيوس الأورشليمي St. Sophronius of Jerusalem: "إن الجسد كان في نفس الوقت جسدًا وجسد كلمة الله... لأنه فيه (أي كلمة الله)، وليس في ذاته (أي الجسد)، كان له حياة". إن شخص المسيح قد اخترق لحمنا الإنساني ومجّده إلى الأبد بتقديم الجسد الإنساني إلى قلب الثالوث الإلهي في يوم الصعود.

فإذا كان "فيه كان للجسد حياة"، ففيه يوجد قاعدته الداخلية التي هي قاعدة روحانية. إن الجسد هو التعبير عن الشخص. في الكتاب المقدس، وكذلك في التقليد، نرى أن الثنائية المانوية أو الغنوسية، واللتين تريان شرًا في الجسد وتعتبرانه ضدًا للروح، مُهمَلة. ولهذا السبب كانت دائمًا المسيحية حذرة من الإفراط في الاهتمام بأي من الجسد أو النسك. فإذا كان حقًا أن جسدنا هو جزء من المسار الروحي، فأن نبيده أو نخرج منه يعني أن نرفض الشخص، أي كياننا بالكامل. يوجد نسك إماتة الجسد، والذي يعامل الجسد كشيء، ونسك التجلي الذي يصر على انسجام وتناغم الجسد مع الروح. حقًا إنه من الصعب أن نجد هذا التوازن، وحقًا قد قضى القديسون مرحلة من حياتهم مارسوا فيها إماتات مروّعة، ولكنهم لم يخطئوا ويجعلوا من هذا الغاية المطلقة لنسكهم. "فَإِنَّهُ لَمْ يُبْغِضْ أَحَدٌ جَسَدَهُ قَطُّ" (أف٥: ٢٩).

الجسد هو "هيكل"، ولكن ليس على نفس طريقة البيت الذي يأوي نزيلاً، لأن هذا لايزال ازدواجية. إن الجسد مسكون بالروح القدس مثل نار ساكنة في حديد: "كما أن الحديد الموضوع في نار يأخذ لونها في الحال، هكذا الجسد، بعدما تقبَّل الكلمة المحيية داخله، فقد تحرر من الفساد واكتسى بجسد المسيح" (القديس كيرلس السكندري). هذا حضورٌ لاندماجٍ بغير اختلاطٍ، حضور شركةٍ، حضور تبادليةٍ جسديةٍ، "انسجام" حقيقي، بحسب القديس غريغوريوس النيصي: "في صيرورته جسدًا، امتزج الكلمة بالإنسان وأخذ طبيعتنا إلى ذاته حتى يصير الإنسان إلهيًا بهذا الاختلاط[١] مع الله: ماضينا يُقَدَّس كليًا بالمسيح" (ضد أبوليناريوس).

نقل الدم المستمر هذا، من الحياة الإلهية إلى داخلنا هو عمل الروح القدس، السر العظيم لإخلائه kenosis، وهبته المطلقة لنفسه عندما يتنفس فينا حضور الكلمة الذي يضعنا في اتصال مباشر معه، اتصال في كل لحظة. إن قوة تنفسُّه الخلّاق تتغلغل وتحيي كياننا كله وكذلك جسدنا إلى أصغر خلايانا. إن الروح القدس له "رغبة" واحدة وحيدة، وهي أن يشكّلنا لنصير شبه المسيح!

في هذا التعايش التبادلي، يسترح الله فينا جسديًا (كو٢: ٩) ونسترح نحن جسديًا في الله. نحن نرتاح في الله لأنّ فيه، ماذا يمكن أن يحدث لنا؟ إن

---

[١] غالبًا يقصد القديس غريغوريوس بهذا التعبير: الاتحاد الإنساني بالله. ولعلّ تعبيرات المزج والخلط ἀνακράσει anakrasis قد أُعتبرت في القرن التالي غير ملائمة لوصف شخص المسيح، كما اعتبرت محاولة غريغوريوس النيصي لشرح الاتحاد بين الطبيعة الإنسانية والطبيعة الإلهية في شخص المسيح ليست دائمًا ناجحة لدى بعض المنظرين الخريستولوجيين. (الناشر)

Anna M. Silvas. *Gregory of Nyssa: The Letters. Introduction, Translation and Commentary* (Leiden: Koninklijke Brill NV, 2007), 128.

للمزيد حول استخدام المصطلحات الخريستولوجية عند القديس غريغوريوس النيصي، انظر:

Jean-René Bouchet, "Le vocabulaire de l'union et du rapport des natures chez saint Grégoire de Nysse," *Revue Thomiste* 68 (1968), 533-582.

الجسد المتوتر لا يعبِّر عن صورة الله ولكنه يشهد على غيابه. إنه يصرخ من خوفه ومن عزلته؛ مستديرًا إلى نفسه، مغلقًا، النفخة الإلهية لا تسري فيه بعد. إنه لفرحٍ أن نرتاح جسديًا في الله، فكل الأبواب تفتح، بثقة، لأننا ننال اليقين بأن الله يرشدنا. وبدوره، يجد الله فينا الإمكانية لامتداد حضوره بلا نهاية، دون عائق. ونقترن بحركة تجسد الكلمة التي تغوص في جسدنا وتجعله دائمًا أكثر شفافية له.

هذا الاختراق التبادلي هو نمو أبدي، خبرة متجددة دائمًا حيث فيها ينتهي نور الله الذي في وعينا بإشعاع على وجهنا وفي أفعالنا، وإيماءاتنا، وسلوكنا، حتى في سياساتنا ونموذجنا الاجتماعي، لأنه لماذا لا تكون تلك أيضًا على صورة الله؟ ما هو المرجع الآخر الذي نعرفه لنعود إليه لإدارة علاقاتنا الإنسانية أكثر من علاقات الأقانيم الإلهية الثلاثة بعضهم ببعض؟ "إن برنامجنا الاجتماعي هو عقيدة الثالوث"، كما قال نيقولاس فيدوروف Nicholas Fedorov.

في الشخص الذي أُعتِق وسُكِن بالمسيح، لا يكون بعد الجسد شهوانيًّ ومنجذبًا، كما لو كان ممغنطًا، نحو الأدنى؛ ولكن حياة جسدية جديدة تتكون فيه، "لِكَيْ تَظْهَرَ حَيَاةُ يَسُوعَ أَيْضًا فِي جَسَدِنَا الْمَائِتِ" (٢كو٤: ١١). لقد أصبح المسيح رفيقنا في الجسد، كما وضّح الآباء. فهو قّدس وحرّر جسدنا اللحمي، كما كتب القديس إيرينيئوس (أسقف ليون، القرن الثاني عشر). وإلا لكانت الروح فقط هي التي تخلص وليس الشخص بالكامل، ولهذا فإن الجسد أيضًا الذي امتلأ، "مغمور" بحضور المسيح والروح القدس. بالطبع، هذه الحالة تفترض أن النسك يعمل عمله التطهيري، لأن الآلام تغطي القلب وتسلّمه إلى قوات شيطانية التي هي مثل مصاصي الدماء الطفيلية، والتي تجعل من الهيكل الداخلي مغارة للصوص.

لو أن الجسد هو "طريقة وجودنا هنا في العالم"، فهذا يعني أن جسدنا ليس هو شيء ولكنه جزء تكاملي لمن نكون؛ نحنُ جسدُنا We are our body. وبهذا الحس، يصبح الجسد نفسه صلاة في كل مرة تكون طريقة وجوده هنا صحيحة؛ أي، عندما يسمح بالاتصال مع الكيان، مع العمق. إن نمط وجودنا هنا هو خطأً في كل وقت يكبت فيه الجسد هذا الاتصال. ففي الخطية، في الانفصال عن الله، تنتفخ النفس بالكبرياء، مثلما قال الآباء، وهكذا يفعل الجسد أيضًا بما أنه تعبير عن النفس. وبدلاً من أن يكون "متأصلاً ومتأسسًا" (أف٣: ١٧) في عمقه، ينزع نفسه منه، ويوقف البطن، ويُصعد النَفَس إلى الصدر، ويرفع الأكتاف، وويفقد مركزه تمامًا ويصبح عُرضة لكل التوترات التي نعرفها جيدًا جدًا. لا يوجد توتر جسدي واحد ليس تعبيرًا عن شيء ما غير صحي على المستوى الروحي.

إن الصلاة التي تشمل الجسد، على سبيل المثال، والتي تثير استرخاءه، تجعله ينفتح وتوضعه وجهًا لوجه مع هدف بحثه. إن الصلاة الحقيقة، التي هي صلاة تسليم وثقة، صلاة تقديم كامل للذات، ودائمًا تنشيء استرخاءً عميقًا للجسد، ولكن في هذه الحالة تكون العملية أكثر سرعة: إن الجسد المسترخي تمامًا ينفتح فورًا على السر الذي هو هيكله. إن عملنا بالكامل هو أن نصير منفتحين: "*Ephphatha*" -افتح ذاتك!- كما قال المسيح (مر٧: ٣٤). والمفتاح الذي تنفتح به هو أن تشعر من خلال الحواس الخمس.

إن الليتورجية، والتي لا غنى عنها لصلاة يسوع، تجعلنا نألف استخدام الحواس، لأن كل تعاليمها مبنية على هذا الاختبار: رؤية الحركات الليتورجية، لون الزخارف، الإشارات، الأيقونات، سماع التراتيل، تنسُّم البخور، تذوق التناول، سامحة للمرء أن يُلمس من السر. إن الحواس الخمس هي نوافذ مفتوحة

على غير المرئي. إن الهدف ليس هو أن نفسّر الإحساس، ولا أن نتأمل فيم ندركه بحواسنا، ولكن ببساطة أن نتقبلها، أن يترك المرء نفسه ليكون مُستَولى عليه (في٣: ١٣)، وأن لا يدين (مت٧: ١). عندما تتوقف حواسنا عن الأحكام والتشيّيء، نجد أن المسافة بين ما يشعرون به وبين الذات تختفي. عندئذ نستطيع النزول إلى أعماق الشعور و"نبقى" هناك (يو١٥: ٤-١٥)، مستقبلين الإحساس في حالته النقية، مغتسلين فيه: لكي نرى، ونسمع، ونتذوق، وندخل فيه، ونطلق سراح أنفسنا، ونختبر الحياة هناك حيث لا توجد بعد صور أو أشكال أو مظاهر.

هذا الشكل من الخضوع والتسليم إلى كل ما يأتي علينا، متلذذين بكل لحظة خلال الحواس الخمس بدلاً من أن نريد السيطرة عليها من خلال هيمنة خارجية، يقودنا إلى الصمت العميق للكيان. فمن خلال الشعور، يصير إصغاءنا للإله جسديًا. إن الإحساس يجتاح وعينا الاعتيادي ويجعله في إمكانية لسمو العقلي، لكي ينفتح على مستويات أخرى ولكي يدخل قليلاً قليلاً، شكرًا للصلاة، إلى ما دعاه الآباء الإحساس الإلهي. هذا هو "شعورٌ" في الجسد والنفس لحضور لا ينطق به موجود في الروح وقادر على أن يستولي على كياننا بالكامل، إلى أصغر خلايانا. وأخيرًا، يتوقف الله عن أن يكون "خيالاً" بالنسبة لنا، فنستطيع أن نلمسه وأن نصرخ مع غريغوريوس بالاماس: "لحم من لحمي، وعظم من عظامي!" فلا نجده في كلمات، حتى لو كانت كلمات صلاة يسوع! كما يقول المسيح: "لاَ تُكَرِّرُوا الْكَلاَمَ بَاطِلاً" (مت٦: ٧)، "جُسُّونِي" (لو٢٤: ٣٩).

فإذا كان المسيح قد جاء بالفعل من "ما لم تره عين ولم تسمع به أذن..."، فهذا هو بالتحديد أن يصير جسدًا وأن يجعل نفسه مشابهًا لنا لكي نكون

"مُعَايِنِينَ عَظَمَتَهُ" (٢بط١: ١٦)، "نلمسه بأيدينا" (١يو١: ١)، ونشعر بكياننا كله أننا "نعرفه" (في ٣: ١٠).

إن صلاة يسوع لها "هدفٌ" وهو أن تجعلنا نتحول كليًا إلى المسيح حتى من خلال "جسد تواضعنا" (في٣: ١٤، ٢١). "بدون الشعور الروحي (أقصد، الشعور من خلال الجسد-النفس-الروح)"، كما قال غريغوريوس السينائي، "فإنه من المستحيل أن نتذوق طوباوية الأمور الإلهية. ومن خلال ميولنا الشريرة التي تقتل قوانا الطبيعية، نصبح غير حسّاسين لفعل الروح القدس. لأن الشخص الذي لا يسمع روحيًا، ولا يرى، ولا يشعر، هو ميت روحيًا". وقد كتب القديس توما الأكويني: "إنه لشخصٌ حكيمٌ من وحده يتذوق الأشياء" والقديس كليمنضس السكندري يعلن: "يمكننا أيضًا أن نحس ما هو الله إذا بذلنا الجهد بكل إحساسنا أن ننضم إلى حقيقة كل كيان، بدلاً من أن نبعد أنفسنا منه، ونخترق أعماق طبيعته... هناك يمكننا اكتشاف اتساع وقداسة المسيح، ونتقدم نحو هوة أبديته حيث قد نلمح هناك القادر على كل شيء".

هذه "معرفة" حقيقية، التي تجعلنا ننفتح على "حياة أبدية" حيث أهم شيء هو أن "نشعر بكل شيء في الله" (إسحق السرياني). نبدأ بالشعور بجسدنا، بما أننا مشاركين جسديًا مع المسيح؛ ومن خلال المعمودية نغوص فيه و"نلبسه" (رو٦: ١-١١)، ومن خلال الإفخارستيا نكون "مشابهين" له بأكثر حس واقعي للكلمة. فجسده يصبح جسدنا ودمه هو الذي يجري في عروقنا (يو٦:٥٦).

أن نكون المسيح يعني أن ننظر بعيدًا عن أنفسنا وضعفنا، ناسين ذواتنا وناظرين فقط إلى المسيح الحاضر داخلنا الآن، لأن المسيح يحيا فينا. بغض النظر عما نعمله، فهو فينا، فهو نحن أكثر مما نحن أنفسنا He is more us than we are ourselves. هو عقل عقلنا، وإرادة إرادتنا، وجهد جهدنا، ونور أعيننا،

وكلمة أفواهنا. قلبه هو قلبنا، وأعضائه هي أعضائنا. كل ما نفعله يُعمل به. أن نكون واعين بالمسيح هو أن نحيا المسيح هناك حيثما نكون وفيما نعمل الآن، أن نشعر به تحت جلدنا بطريقة حقيقية وواقعية، أن نحيا أقل حركة لجسدنا وندع المسيح يُزهر من خلال كل فعل، وكل كلمة، وكل إيماءة. فلا يوجد بعد الآن أنا وهو، بل هو فقط. لم يعد يهم بعد الآن إنْ كانت تلك الأمور مفرحة أو محزنة لنا لأن المسيح يفعل ما يريد ويأتي إلينا كما يختار. كل شيء هو نعمة وشكر، وفرح، واتحاد. فهو فينا وكل شيء يتحدث إلينا عنه. نرى آثار قدميه في كل مكان.

وحدة الحياة... البساطة... جهد بدون جهد... هذا هو اكتشاف القانون العظيم لكل الحياة الروحية: اللا-فعل، استرخاء الإرادة، حيث ليس الأمر بعد مسألة عمل ولكن أن ندع ما يريد المسيح أن يعمله يُعمَل فينا ومن خلالنا. هذا هو الخروج من الثنائية، فهو الموت التدريجي للذات باحتياجاتها الهيولية ورغباتها التي تقود فقط إلى المعاناة. إن النمو السلبي أو السلبية النشيطة، إنه من صعب أن نُعرِّف ما هو الشكل المثالي للتسليم الذي فيه نتعاون في عملٍ هو أعلى منا تمامًا: الرغبة الفريدة للمرغوب فيه الفريد. كما تُلعب الآلة من قِبَل الفنان، لكي نستعمل تصوير القديس إيرينيئوس المفعم حياة، أنا "أُحيَى" بالمسيح. المسيح يحياني. بالفعل، بكوني أداة، تصبح حياتي عبارة عن قطعة موسيقية و تمثيلية، على عكس التوترات التي تفرز سُمّ النسك السيء. هذه هي نعمة الطفولة المعاد اكتشافها، الطفولة الروحية، أغنية الوجود التي تُردّد أصداء الثقة والانفتاح فيها من خلال الترك.

وعي جديد يبدأ أن يولَد، قوة غير متوقعة غير معروفة تمامًا للذات القديمة تُظهِر نفسها وتنفخ الحياة فينا: "الإِنْسَانِ الْبَاطِنِ" (أف٣: ١٦)، "إِنْسَانَ الْقَلْبِ

الْخَفِيِّ" (١بط٣: ٤). وكلما يصبح الشعور بالحضرة أعمق، كلما اختفت توتراتنا الجسدية والعقلية، سامحة لأبواب مسكننا الداخلي أن تنفتح.

هذا الإحساس يشبه موجة البحر التي تستطيع أن تأخذ كافة أنواع الأشكال من الخارج. يمكننا أن نشعر تحت أقدامنا بالأرض المألوفة أو الصخور، الأرض المنبسطة أو عدم استواء الأحجار، يمكن لأيدينا، في اتصالها بالأشياء، أن تشعر بالدفء أو البرودة، ويمكن لعيوننا وآذاننا أن تتعرف على أشكال وأنماط متعددة. ولكن كما أن الموجة متصلة بأعماق المحيط، لذا فإن الإحساس هو أيضًا مرتبط بلامحدودية وعينا الداخلي إذا لم نتوقف عند الأشكال التي على السطح عندما تخطو أقدامنا، أو تلمس أيدينا، أو عندما تنظر عيوننا أو تسمع آذاننا. إن سر الحضور لن يتوقف عن التعمق في الشخص الذي يبقي في هذه الشفافية من الإحساس بكل الأمور والذي يعمل بإصرار حتى يصير طبيعة ثانية.

نجد هنا القوة العظيمة للتقليد المستيكي للمسيحية حيث لا يعرِّف "الإيمان" نفسه كمعتقد عقلاني، بل يأتي من برهان معاش، من الإحساس بما هو فائق. كما قال مكسيموس المعترف: "أدعوها اختبارًا، تلك المعرفة التي تقوم وراء كل مفهوم، المشاركة في الشيء الذي يعلن نفسه وراء كل فكر".

ومن ثم في يوم ما، ربما بعد سنين من العمل المضني، يحدث تقدم مفاجئ في المعرفة، مثلما يخترق السكين إلى الأعماق: يؤخذ القلب، يُلمَس، يلتهب حرفيًا، ويظهر المسيح نفسه. هذا هو اشتعال "إحساس الله" الذي يجتاح كياننا جسدًا-ونفسًا-وروحًا، ولكن في هذه المرة من مركزه المشترك: القلب، الذي هو "الجسد الأكثر داخلية في الجسد" (القديس مكاريوس)، "جوهر النفس"

(القديس نيقوديموس)، "هيكل الروح" (القديس غريغوريوس السينائي)، "أصل كل الأشياء" (القديس إسحق).

إذا كان القلب يتحكَّم في كل الأعضاء، فإنه فور ما يُمتلِك مرةً بالنعمة، فإنه يملك على كل الأفكار والأعضاء (القديس مكسيموس المعترف). إن القلب هو مركز الكيان الإنساني، نقطة التقاء كل ما قواه الروحية والعقلية والجسدية، الطريق الذي من خلاله ندخل في اتصال مع كل ما هو كائن (ثيؤفان الحبيس) خارجيًا أو داخليًا. إنه هناك حيث نلتقي الله وجهًا لوجه ونوحِّد أنفسنا معه. إنه هناك فقط حيث نكون حقًا وجهًا لوجه مع إخوتنا وأخواتنا، وحيث يكون ممكنًا التواصل معهم.

المسيح، وهو إنسان كامل وإله كامل، أتى ليعيش هذه الوحدة الكاملة بيننا. وبالقيام بذلك، يقدِّم نفسه كطريق العودة والعتق. أن نتبع المسيح كيَّ هو أن "أن نصبح المسيح" بحسب تعبير القديس غريغوريوس النيصي. هو أمر يتحقق في القلب. هناك حيث يتصوَّر المسيح (غل٤: ١٩) وهكذا "نأخذ شكل المسيح" (أوريجانوس)، "هناك حيث يولَد اللوغوس مثل طفل" (القديس كليمنضس السكندري)، وهناك حيث يريد أن يشعّ، في كل شخص يدعه ينمو داخله، وحدة الجسد والنفس والروح تتم من خلال التجسد (القديس مكسيموس). هذا النمو هو خلق مستمر. ولهذا السبب من المهم أن ننزل إلى القلب لنتقابل مع الله ولنصير مشابهين له في تبادلية حميمة عميقة. إن الطريق دائمًا يسير من المحيط الخارجي وإلى المحور، وطالما لم نصل إلى النواة المتقدة، فنحن رحّالة. "خارجًا عن القلب، الإنسان ليس له بيت، ولكن في قلبه يكون في بيتٍ ومع الله" قول مأثور لأحد الآباء.

بقدر ما يمكن أن يكون "شعور" المحيط الخارجي مثل موجة عابرة، هكذا من خلال يقظة القلب يصبح "إحساس السر"متينًا وذاكرة الحضور ثابتة. إنه في هذا "الشعور" يقول ثيؤفان الحبيس، "في هذا يكمن بداية الدين... أن تُستحوذ بواسطته فهذا له أهمية كبيرة جدًا في الحياة الروحية. من يملك الشعور يحيا داخليًا". (الشعور كما يُفهم هنا يأتي من الروح على عكس العاطفة التي تأتي من النفس). هذه ليست مفاجأة إذن، أن ثيؤفان يدعو القلب "العضو الإلهي"، أو "العضو الحسّاس لعلاقتنا بالله"، كما أوضح ستانيلوي Staniloae اللاهوتي المعاصر. لأن الطريق يسير في نفس الوقت من المحور إلى المحيط الخارجي، وبينما تتداعى توتراتنا بعيدًا، فمن ثَمَّ كأن أبوابنا تنفتح، يصبح الجسد بالكامل قلبًا كبيرًا. ومن ذلك الحين فصاعدًا، يكون الوجدان الأكثر داخلية، الناشئ من قدس الأقداس الذي هو القلب، متحالفًا مع الإحساس الأكثر خارجية، مكان الاتصال الطبيعي مع الأشياء من خلال الجسد.

هوذا المرحلتان المهمتان في هذه الصلاة. تبدأ الأولى حيث نكون: في الخارج. إنها عملٌ شاقٌ، تركيزٌ لكياننا كله، مؤسسٌ على قرارٍ يخلق وجودًا حيث يستطيع القديسون أن يجمعوا معًا طاقات عملاقة إلى مساحة مفردة، وحيث أشياء قليلة تُكتسَب بدون "صرامة" (ثيؤفان)، بداية مستمرة دائمة. كل شيء في حياة هذا الشخص، كل شيء بدون استثناء، مُرتّبٌ حول هذا الهدف، ليُخلي الطريق للمتطلبات التي يجب أن تأتي قبل كل الأشياء الأخرى! وإذ قد ارتفعنا عن المطامح المشوشة والمتناقضة لطبيعتنا، نصير واعين بأن نحيا اختيارًا حاسمًا يحدد نوع الوحدة (أف٤: ١٣-١٤)، ويصحِّح ماضينا. هذا القرار، الغالي الثمن، يصلح ترتيب قِيَمنا، ويكشف المعنى الأسمى للذبيحة، الذي هو أن نصبح مطيعين حتى الموت (في٢: ٨). "البدايات مهمة جدًا: إن كل شيء يشتمل

على تصميم قوي ألّا يعطي المرء نفسه أية راحة حتى ننال هدفنا، مهما كانت التكلفة، ومهما حدث، حتى ولو متنا في الطريق أو لو أعوزتنا الشجاعة أمام تجارب الطريق، حتى ولو تدهور العالم" (القديسة تريزا St. Teresa of Avila). لقد أجمع القديسين على هذه النقطة!

إذا كانت المرحلة الأولى تبدأ هنا حيث نكون، في الخارج، فإن المرحلة الثانية تبدأ حيث الله موجود: في الداخل. الله يعطي نفسه بالكامل فقط للشخص الذي هو أيضًا يعطيه نفسه بالكامل. ينفتح القلب، تنطلق الصلاة صاعدة وتعمل من ذاتها. نحن نُحمَل تلقائيًا إلى الأمام. لا يوجد بعد كدح. هذه هي الحالة التأملية، اجتياح النعمة "أَكْثَرَ جِدًّا مِمَّا نَطْلُبُ أَوْ نَفْتَكِرُ" (أف٣: ٢٠). في المرحلة الأولى، الله ينادينا، ويجتذبنا، يدعونا بلا انقطاع إلى التضحية بعجولنا الذهبية. إنه يعطينا السعة على الصراع وزيت الرياضيين. ويقودنا خطوة خطوة، ويلتقطنا من سقاطتنا ويصوننا على الطريق الصحيح. هو الجهد والديناميكية لشجاعتنا. ولكن القرار يخصنا نحن تمامًا. إنها استجابتنا الحرة لدعوة الله الذي لا ينتهك حرمتنا في أي لحظة. ومع ذلك، في اللحظة ذاتها التي نحن فيها، بعد جهد طويل مع هذه الصلاة الصعبة، "نطلب أولاً ملكوت الله" دون إضافتها إلى بقية رغباتنا، وعندما تصبح محاولتنا للوصول للفريد حقيقية نقية فينا مثل ماسة، عندئذ فقط نصير بتوليين ومُعَدِّين لمجيء المحبوب: إن إفراغ النفس يدعو إلى امتلاء الحضور. هذه هي المرحلة الثانية على طريق الصلاة.

إن العذراوية دائمًا ما تفتح نفسها إلى الخصوبة. في الحياة الروحية، نحن أمٌ فقط إذا كنا عذراء. فقط القلوب النقية غير المنقسمة سترى الله. عندما يصبح كياننا بالكامل "نَعَمًا": "لِيَكُنْ لِي كَقَوْلِكَ" (لو١: ٣٨). فمن ثَمَّ يكون

العهد ممكنًا، والعذراوية تقدم نفسها إلى الأمومة. إن المسيح نفسه قالها بقوة: "أُمِّي وَإِخْوَتِي هُمُ ا لَّذِينَ يَسْمَعُونَ كَلِمَةَ ا للهِ وَيَعْمَلُونَ بِهَا" (لو٨: ٢١). إنه يولَّد في نفسه الكلمة، تحت قوة الروح كما فعلت مريم، عذراء وأم. إن مريم هي النموذج الأصلي للإنسان الجديد، "طريق العودة"، الباب المفتوح الذي من خلاله يأتي نهر اللاهوت السري. هي المحبوبة في سفر نشيد الأنشاد، الحبلي بكل وعود المستقبل، إنها الأرض الأم التي تفتح ذاتها لبذرة الكلمة لأجل خصب غير عادي: ميلاد بشرية جديدة. طريقها نحو العذراوية هو إنجازًا وتحقيقًا لسنواتها من الصلاة في الهيكل حتى تصبح "نَعَمها" مائدة سرية للإفخارستيا الأولى، مذبحًا حيًا حيث جسدها ودمها يتحولان إلى جسد ودم المسيح. في بتوليتها، تقدم مريم نفسها إلى الله؛ في أمومتها، يقدم الله نفسه لها، والاثنان في يسوع المسيح يكونان متشارِكَيْن جسديًا.

في هذا الطور الثاني من الصلاة، نحن أمٌ في كل لحظة مهما كان ما نفعله: يخرج المسيح من قلبنا ويزهر في كل أفعالنا وإيماءاتنا. فلن نجد بعد أفكارنا في جانب وسلوكنا في الجانب الآخر. إن العقل قد نزل إلى القلب. الأفكار عن الله التي تمنع لقاءنا معه هي الآن مملوءة بإحساس حقيقة الله ذاته الذي يظهر نفسه في حضورٍ فوريٍّ.

عندما يكون العقل منفصلاً عن القلب، فإن أقل فكرة عن الله تقاطع علاقتنا المباشرة به. ومن الجانب الآخر، عندما يُعاد اتحاد الاثنين، يوجد استيلاء على الوعي الذي يجد نفسه مشغولاً تمامًا باختبار الله في تبادلية عميقة. فالله ليس في وعينا كغرضٍ، أو كشخصٍ على مسافة منا. ولكن وعينا ينصهر معه. ويصبح مطابقةً بدون اختلاط، شفافيةً تجاه الله في الوعي الإنساني، فاهمين أن الوعي هو في الجسد بكامله، في إيماءاتنا، وحركاتنا،

وصمتنا الداخلي، "إلى نهاية أناملنا" كما صرَّح سمعان اللاهوتي الحديث. هذا الوعي هو احتضان مستمر للنار، أسمى سكنى تبادلية، حيث "يختبر الله الإنسانَ حتى يختبر الإنسانُ الله"، بحسب قول الآباء. في الاختراق المشترك هذا، نكون إلهيين، متلألئين بقداسة الله لأن الروح يشعل دواخلنا. هذا التحالف، الذي فيه نشابه الله أكثر وأكثر، يُنهِض الشخص الإنساني الذي فيه يتألّق شعاع الحضور الإلهي على وجهنا وفي أفعالنا. كما قال يعقوب لعيسو: "رَأَيْتُ وَجْهَكَ كَمَا يُرَى وَجْهُ اللهِ".

عند هذه المرحلة، تصبح صلاة "ياربي يسوع المسيح، ابن الله، ارحمني، أنا الخاطئ" صلاة نقية، صلاة كياننا كله. وبمرور السنين، تقتفي الكلمات أثر الطريق من العقل نحو القلب، ومن هناك يكون الكيان كله قد أُسقط في لجة بحب لانهائي. الآن تستمر الكلمات في تكرار نفسها، منقوشة في ذاكرة كل خلية. إلّا أن هذه الكلمات، حتى عندما تُنطَق، ليست بعد "عملاً". وليست بعد تمثّل للعقل شيئًا له وجود ذاتي، هذا لأن أن محتواها قد تحقق. "الْكَلِمَةُ صَارَ جَسَدًا... لكُلِّ الّذِينَ قَبِلُوهُ فَأَعْطَاهُمْ سُلْطَانًا أَنْ يَصِيرُوا أَوْلاَدَ اللهِ، أَيِ الْمُؤْمِنُونَ بِاسْمِهِ... وَمِنْ مِلْئِهِ نَحْنُ جَمِيعًا أَخَذْنَا" (يو١: ١٢-١٦). ومن الآن فصاعدًا تعبِّر الكلمات، بالمعنى الحرفي لكلمة "تعبِّر ex-press": أي أن تدفع نحو الخارج حرفيًا، مُظهِرة حقيقة الاتصال الفوري مع الله.

فمن ثم، إنه من خلال عمق كياننا أننا نصلي، كما يمكن القول عن القديس فرنسيس الأسيزي والقديس سيرافيم ساروفسكي اللذَيْن لم يصليا ولكنهما كانا صلاةً. الكيان كله قد صار السر المقدس لما تحويه وتعد به الكلمات كبذرة. فعندما نرى زهرة، لا نفكر بعد في البذرة. إن كلمات الصلاة تُتجاوز بالخبرة. فحضور الله يملأ كل شيء، وربما يوم ما سيختفي كل شيء في

كثافة هذا الحضور. ونبوة حزقيال النبي تصبح حقيقة: "أُعْطِيكُمْ قَلْبًا جَدِيدًا، وَأَجْعَلُ رُوحًا جَدِيدَةً فِي دَاخِلِكُمْ، وَأَنْزِعُ قَلْبَ الْحَجَرِ مِنْ لَحْمِكُمْ وَأُعْطِيكُمْ قَلْبَ لَحْمٍ... وَأَجْعَلُ رُوحِي فِي دَاخِلِكُمْ" (حز٣٦: ٢٦-٢٧).

في الأنثروبولجيا الكتابية، كما في تقليد الهدوئية، القلب والروح هما نفس الحقيقة، وقابلين للتبادل. إن الرب هو الذي يشكّل روح الإنسان في داخله، كما قال زكريا (زك١٢: ١). إن الروح القلبي هو القاعدة التي توحّد، وتنير، وتملأ النفس والجسد الممتزجين بعمق معًا، معتمدًا أحدهما على الآخر. في طبيعتنا الإنسانية، الروح هي التي تشبه الله بالأكثر. كما قال القديس يوحنا: "الله هو روح، ونور، وحب". إن الكلمة العبرية *ruah* تدل على الريح، النَفَس، الروح الإنسانية، الملائكة، روح الله، والروح القدس. وهذا يشير إلى قوة روحنا وقرابتها مع الله.

إن مأساة الوثني -ويوجد وثني في داخل كل واحد منا- هي أن يخلط النفس مع الروح. هذه هي دراما الغرب لقرون عديدة، التي تقود الآن إلى الانحلال الحضاري، والثقافي والفني.

فإذا كان البشر بدون روح، فإن ثنائية الجسد والنفس تغلقنا داخل أنفسنا، وتجعلنا مركز العالم، ولا يكون هناك إمكانية لاتحاد عميق. نحن نطلب الهرب، إما بواسطة السيطرة على المادة، بطلب خلود الجسد، أو بمحاولة أن نغلب العالم. هذا يمكن أن يتضح بدءًا من أخذ قرص أسبرين ومهدّئات، إلى رحلة بين الكواكب، وإلى دراسة كل الأشكال الحالية لاتساع الوعي. إن الشخص الذي لا يعرف أن له روحًا لا يمكنه إلّا أن يكون غير سعيد؛ يجد نفسه في مأزق. فلا يوجد طريق للخروج من أي من مشاكله، وحتى عندما يقدم الفرح نفسه إليه فهو لا يعرف ماذا يفعل معه. نحن مسار تقدُّمٍ نحو

أنفسنا ونحو الله. فإن كنا لا نعرف هويتنا، سنجد أنفسنا في ظلام، الذي هو عكس الاتحاد بالله؛ فحياتنا هي لغز يقودنا إلى لا مكان، ونحن لا نعرف السبب ولا الكيفية. ولهذا السبب الكتاب المقدس هو إعلان عن الإنسان بقدر ما هو إعلان عن الله! إن القرن الأخير انتهى بعبارة نيتشه Nietzsche: "الله ميت!" وقد ينتهي هذا القرن بعبارة: "الإنسان ميت!" تخلَّص من النبع اليوم، وغدًا سيجف مجرى المياه.

إذا كان الإنجيل هو "الأخبار المفرحة"، هتفة فرح من البداية إلى النهاية، فهذا لأن في كشف البشر لأنفسهم، هو يقدم لنا في نفس الوقت إمكانية اختبار الله داخل أنفسنا هنا والآن! إن الرسالة الإنجيلية بالكامل هي استعلان الروح القلبي. وبناءً عليه، فإن الإيمان ليس هو معتقد النفس، وليس هو الالتزام العقلاني أو الموالاة الخارجية لحقائق ما سوف تتبرهن افتراضيً بعد موتنا، ولكنّه خبرة سرنا الخاص، حياتنا، مصدر كل حياة. فأن يكون لك إيمان هو ببساطة أن تحيا، أن تحيا بالكامل. وأن يكون لا إيمان لك هو أن تُسلَّم للعدم، الذي هو الجحيم. إنه غير عادي أن ترى كم هو جليّ تعبير المسيح في هذا الموضوع عندما قال: "نَفْسِي حَزِينَةٌ جِدًّا حَتَّى الْمَوْتِ" (مت٢٦: ٣٨) و"يَا أَبَتَاهُ، فِي يَدَيْكَ أَسْتَوْدِعُ رُوحِي" (لو٢٣: ٤٦).

بنفس الطريقة قالت مريم في تسبحتها: "تُعَظِّمُ نَفْسِي الرَّبَّ، وَتَبْتَهِجُ رُوحِي بِاللهِ مُخَلِّصِي" (لو١: ٤٦-٤٧).

إن "النفس" في الحس اليوناني، هي نفسيتنا وسيكولوجيتنا بأعظم أدواتها: الذكاء، الإرادة، الوجدان، التخيُّل. إن النفس تحرِّك الجسد، تحيا في أُلفته، تتردد وتهتز، وتشم، وترى، وتفكر. ومنذ أن دخل الانقسام إلى البشرية بالسقوط، أخذ يتضاعف، ويحتد، وصارت حال النفس متغيرة ومشروطة: فاليوم المزاج

جيد، وغدًا المزاج سيء، "هذا يسرني، هذا لا يسرني... أنا منجذب لهذا أو رافض لذاك". إن النفس متقلّبة على الدوام حسب حالاتها، ممزقة بين عواطفها، ملقاه باستمرار كضحية إلى أي حدث من الخارج، مشروطة بل مُستعبدة حقًا للظروف الخارجية، والملابسات، واللقاءات، والمشكلات. لأننا نحيا فقط في النفس، أصبحنا "أناس بمشكلات". ولكن النفس هي متحدة جدًا بالجسد حتى أنها تتأثر به أيضًا. فيكفي أن يكون عندنا ألم في الأسنان أو مغص لكي نكون في مزاج سيء.

ولكن في خطة الله، أكثر صورة يستعملها الآباء لتعريف العلاقة بين الجسد والنفس، هي صورة الفنان وآلته. إن الجسد هو أداة النفس، إنه يأخذ شكله وحيوته بها. ويقول إيرينيئوس: إنه من خلال النفس يتلقى الجسد نموه وبناءه. إن النفس تملك على الجسد وتهيمن عليه. وبناءً عليه، فإن رسالتها أن تقود الجسد إلى روحانية اتحاده بالله الأصيلة. إن النفس هي على الحدود بين المادة والروح، والذي هو السبب وراء أهميتها المدهشة. ويوضح غريغوريوس النيصي أنه إذا استدارت النفس نحو الروح، تصبح هي نفسها روحانية؛ أما إذا استدارت نحو الجسد تصبح مادية. إن النفس المتطهرة من ميولها والممتَلكَة بالروح القدس تصير هي نفسها روحًا، كما قال القديس مكاريوس. عندئذ تصبح كلها نورًا، مُختَرَقة كليًا بالنور، منصهرة مع الله، وفي هذا الفعل، يتروحن الجسد ويتحد باللع على حد سواء. هذا هو الغرض بعينه للصلاة.

إن نفسنا قد تكون في أعماق كرب مميت، وتجارب جسدية ومتاعب نفسية مريعة، ولكن مهما كان الجحيم الذي قد نمر به، نستطيع أن نشعر بمكان عميق في داخلنا، مثل مساحة صغيرة جدًا من السلام، والراحة، والأمل، نبع مُحبّ من الفرح، أو لمعة خافتة، تعلن عن ذاتها عندما نقبل حقًا التجربة

حتى النهاية. إنه هناك حيث نجد "الطريق الضيق" الذي تكلم المسيح عنه، النور في أعماق ظلمتنا. هذا هو الروح القلبي فينا، دائمًا حاضر، ولكننا نادرًا ما نذهب هناك، إن كنا نذهب أصلاً! في أي حال نختبر الفرق بين النفس والروح عندما يوجد تعايش داخلنا بين عاصفة أو مشكلة وفي نفس الوقت هدوء عميق. إن مميزات الروح القلبي هي سلام، فرح، محبة.

قال الآباء أن البشر هم عوالمٌ صغيرة microcosm: فنحن نحوي داخلنا العالم، هيكله وقوانينه. ولهذا، "لكي نصبح واعين للعلاقة بين الروح، والنفس، والجسد، يمكن أن نقارن بينهم وبين العلاقات بني الشمس، والقمر، والأرض. الشمس تُقارَن بالروح، والقمر بالنفس، والأرض بالجسد. فبنفس الطريقة التي تدور فيها الأرض حول الشمس، يتحرك الجسد بفعل الجذبية حول الروح. النفس هي قمر لجسدنا، نورها يأتي من الشمس-الروح". وكما يستقبل القمر ويعكس الضوء الشمسي، ولكن يدور حول الأرض التي هو متصلٌ بها، كذلك النفس تستقبل النور؛ نور الروح، وتبثّه إلى الجسد الذي تدور حوله. إن الأرض تدور في مدارها حول الشمس التي تستقبل منها نور النهار: من القمر، تستقبل النور الليلي؛ وهكذا يدور الجسد في مداره حول الروح كما حول مركزه الأصلي الذي ينيره، لكونه نور الوعي الكامل، والنور الليلي، الذي هو انعكاس مشرق من اللاوعي. إن الشمس (الروح) هي المركز الروحي الذي ينير الأرض والقمر (الجسد والنفس).

ولكن قد نسأل ما هو هذا "الروح القلبي" الذي يجب أن توقظه صلاتنا؟ إن كل اقتراب شفاهي سيتركنا جائعين. إنه بُعْد السمو، هو ما وراء أعماقنا، خارج الزمان والمكان غير المشروط الذي بداخلنا، الذي هو الوعي، هو سرعة

التلقُّن، وأخيرًا هو سرٌ؛ ليس "ما لا نستطيع فهمه" ولكن، بالعكس، هو الذي لن ننتهي أبدًا من فهمه، لأننا نختبر باستمرار جانبًا جديدًا من حياته.

تأتي الروح من الله كما الجدول من منبعه، إنها حبلنا السُري الذي منه نتلقى باستمرار. ولكن هذا يترجِّم جانبًا واحدًا فقط من الحقيقة. فإذا كانت الكلمات: "منبع" أو "حبل سُريّ" تدل على مسافة، فهي كلمات خاطئة. فالروح مخترَقة حرفيًا بالحضور الإلهي، لدرجة أنه من الصعب أحيانًا في قراءة القديس بولس أن نعرف ما إذا كان يتحدث عن الروح الإنسانية أو عن الروح القدس. هذا أيضًا صحيح بالنسبة للآباء. ولكننا نعرف ذلك من خلال أنفسنا أيضًا لأننا لا نستطيع بسهولة تمييز حضور روحنا من حضور الله داخلنا. إن روحنا مستولَى عليها تمامًا من النور الإلهي. إن نوعية وعيها لا يشبه ذكاء النفس الذي يعمل بالاستنتاج، والتفكير، والتحليل، والتركيب؛ فالروح تعرف إن أُمتُلِكت حتى قبلما نستطيع أن نصيغ أو نتفوه بأي شيء. إنها النظرة الداخلية، التأملية، الممتلئة بالتعجب.

الروح ترى، تعمل من خلال الرؤى، وذاك يفسِّر لماذا يُعد النور ضمن خواصها. وهي تستنير وتُضاء عندما ترى. وعندما تحيا فقط من خلال الله، تنجذب قبل كل شيء إلى إشراق الخليقة الممجدة التي هي انعكاس لله. فالروح تُفتَتن بالجمال. الجمال الحقيقي يعطي دائمًا مدخلاً مباشرًا للروح القلبي. هذا هو سبب أن معيار أصالة الجمال هو الفرح الذي هو ثمرة الروح، الفرح الدائم المعمّر الذي لا يمحي يتسنى للروح فقط أن تهبه، فهو ليس عاطفة عابرة للنفس.

إن الجمال هو وجه الله. فالمزمور ٤٥ يقول عن المسيح: "أَنْتَ أَبْرَعُ جَمَالاً مِنْ بَنِي الْبَشَرِ". ولكن المسيح هو "صورة الآب"، كما يذكرنا القديس بولس،

والروح القدس هو بهاؤه. وإذا كانت روحنا حسّاسة للبهاء، فهذا لأن ذاك الجمال يسكنها، بل هو مادتها. إن روحنا يمكن أن تهيم في البهاء في علاقتها بكل شيء: منظر طبيعي، عمل فني، لقاء مع شخص آخر...، وقليلاً قليلاً، كلما تنفتح الروح، تصبح هذه النظرة ثابتة ولا تفقد بعد أثر الكيان الموجود في الأشياء، هذه هي "شفافية" الله التي يدعوها متخصصي المقدسات "الخشوع" ويدعوها الآباء "لهب الأشياء". إن كل التعاليم عن الأيقونات قد قيلت لكي توقظنا إلى هذه النظرة، ولكن صلاة يسوع الموضوعة فوق الكائنات والأشياء هي تجعل من الخليقة كلها هيكلاً هائلاً، فيه تحتفل البشرية بليتورجية كونية. ككهنة الخليقة، نحن نفك شفرة العالم من خلال صلواتنا ونحولها إلى خبز إفخاريستي. كل شيء يمكن أن يقدم نفسه كسِر مقدس للحضور الإلهي. ونصنع طريقنا خلال حياة كما لو كنّا "نَرَى مَنْ لاَ يُرَى" (عب١١: ٢٧). في هذا الاختبار، تسير الصلاة من قلبنا إلى قلب الأشياء. ومن ثم يلمسنا وجه جمال الموجود في قلب كل شيء، يهزّنا ويجعلنا ننفتح على كياننا ويرسلنا من جديد إلى صورتنا الداخلية: الروحي القلبي.

إنه الروح القلبي الذي هو حقًا صورة الله، يغرسها في النفس والجسد لكي يغتذيا. إن الهوية الحقيقية لروحنا، ولقلبنا هي هناك. عندما نقترب إليه أولاً، فهو صمت؛ هوة من الصمت تتكشّف إلى الفرد الذي هدّأت صلاته من هياج النفس والجسد. ولكن هذا الصمت هو أيضًا المصدر الذي يعطي حياة، والذي يولَد ويعبِّر عن نفسه. هذه هي الخاصية الثانية للروح القلبي: إنه ظهور، تجلٍّ، تعبير، كلمة. وهذه الحياة هي طاقة، حركة، تنفُّس -هذه هي الخاصية الثالثة. إن الروح القلبي هو في صورة نموذجه الإلهي: صورة الآب-مصدر الحياة، صورة المسيح-الكلمة، صورة الروح القدس-نَفَس الطاقة. "يوجد في الإنسان عقل Nous، وكلمة Logos، وروح Pneuma"، كما قال غريغوريوس السينائي،

"ولكن العقل لا يكون بدون الكلمة ولا الكلمة بدون الروح، دائمًا الواحد في الآخر وكل واحد لذاته. إن العقل يعبر عن نفسه من خلال الكلمة والكلمة تُظهِر نفسها من خلال الروح. وبالتالي نحن نحمل داخلنا انعكاسًا لا يعبَّر عنه ونموذجًا للثالوث، معلنًا أن روحنا هي مخلوقة في صورة الله. فالعقل-الآب، والكلمة-الابن، والروح القدس-الروح، هذا هو ما جعل الآباء، مستنيرين بالله، يعلموننا عن الله الفريد الذي أعلن عن ذاته في ثلاثة".

نحن لدينا خبرة متماسكة لهذه الحقيقة داخلنا وحولنا. فكل ما نراه هو مغلَّف بالصمت، ويدعنا نخمّن المصدر السري لحياته خلف كينونته. وكل ما نراه هو شكل، مظهر، جسم الكلمة، كل شيء مملوء بطاقة وحركة. كل مكان حولنا هو حضور ثالوثي. ولكنه في التنفس تكون هذه الخبرة هي أكثر حقيقية: لا يوجد شيء أكثر حميمية إلى الله وإلى البشرية من النَفَس، الذي فيه يكون هذا التناضح والتنافذ osmosis أقوى.

"وَنَفَخَ الرب فِي أَنْفِهِ نَسَمَةَ حَيَاةٍ. فَصَارَ آدَمُ نَفْسًا حَيَّةً" (تك٢: ٧). هذا هو الفعل الخلّاق الممتاز الذي سيكرره المسيح القائم في الخليقة الجديدة: "نَفَخَ فيهم" (يو٢٠: ٢٢)، حركة يفعلها الكاهن ليجدّد بها كل شخص مُعَمَّد يولَد إلى الحياة الحقيقية.

إن التنفس هو حركة الحياة العظمى، ليس فقط في ميلاده ولكن أيضًا في تحوله metamorphosis المستمر داخلنا. أن نصبح واعين لهذا في الصلاة التي تصل الكلمة بالنَفَس يجعل من طريقة تنفُّسنا طريقًا شفّافًا للسر.

"نفخة الحياة" هذه، التي ينفخها الله فينا باستمرار، هي روحنا وبشكل غير منفصل حياته كالآب-الابن-الروح القدس. ولهذا، فنحن لسنا فقط هيكلاً سلبيًا للحضور الثالوثي، ولكنّنا أيضًا أحياء، نشطاء، باقون في الوجود بواسطة

الثالوث الإلهي كل الأوقات. كما هو معلَن في المزمور ١٠٤: "تُرْسِلُ رُوحَكَ فَتُخْلَقُ؛ تَنْزِعُ أَرْوَاحَهَا فَتَمُوتُ، وَإِلَى تُرَابِهَا تَعُودُ". ولهذا، "فإن الحياة هي المسيح" كما يقول القديس بولس، وهذا يعني أن المسيح كله دائمًا هو: صورة الآب-بهاء الروح. أن نحيا هو أن نكون في شركة مع الثلاثة أقانيم الإلهية والوعي بحضورهم يجعلنا ننفتح على أرواحنا ويحوّلنا: صورتهم فينا تشبهنا أكثر فأكثر؛ إنه اتحادنا البطيء بالله. إن الشخص يكون بالحقيقة شخصًا فقط إذا أصبح هو أو هي إلهيًا. هذا هو ميلاد الشخص داخلنا، السر غير الممكن تعريفه الذي يوحِّد كل من جسدنا-نفسنا-روحنا ويقودهم إلى تحوُّلهم نحو الله.

عند نقطة الاتصال هذه نستقبل وجهنا الحقيقي، "قناع" المسيح، ونحمل سماته الإلهية. في هذه الشركة المدهشة، يكمن العمق اللانهائي لصلاة يسوع والتي ما هي إلا الخليقة مستمر وممتدة للأمام، خلقة الشخص. الله وحده هو الشخص الحقيقي، ويستطيع البشر أن يصبحوا أشخاصًا فقط من خلال الشخص الإلهي. هذه الشركة، أو التنافذ الشرائكي communion-osmosis، والتي فيها يشرق وجه المسيح من خلال وجهنا، تعطينا كيانًا وشكلاً. بدون هذا الاتحاد بالله، ليس لنا وجه، إذ إننا نوجَد بالحقيقة خلال المشاركة في وجه الله فقط، خلال هذا "التشارك الكياني" فقط. وإلا سيكون وجهنا هيوليًا فوضويًا لا شكل له، غائبًا أو "مقنّع بقناع وحْشٍ" (غريغوريوس النيصي).

هذا الوعي لا يتوقف أبدًا عن التعمّق؛ فأن نعيد اكتشافه قدر المستطاع ونصونه طالما كان ذلك ممكنًا خلال وجودنا اليومي هو مسار الحياة الروحية. لا يوجد هناك شيء آخر. هذا الوعي ينير ببطء النفس والجسد بقداسة الله. إن هذه التبادلية الإنسانية الإلهية هي تحالف حواري لـ"الأنا" الذاتية مع"الأنت" الإلهية. وهذا الحوار الداخلي المستمر سينقش نفسه قليلاً قليلاً في كل علاقة

خارجية مع الكائنات والأشياء. في قلب كل لقاء بين شخصين، يوجد "الثالث" الأعظم.

إذا كان "الله محبة" كما أعلن القديس يوحنا (١يو٤: ٨)، فمن ثم نحن أيضًا محبة! "لِيَكُونَ الْجَمِيعُ وَاحِدًا كَمَا أَنَّكَ أَنْتَ أَيُّهَا الآبُ فِيَّ وَأَنَا فِيكَ لِيَكُونُوا هُمْ أَيْضًا وَاحِدًا فِينَا لِيُؤْمِنَ الْعَالَمُ أَنَّكَ أَرْسَلْتَنِي" (يو١٧: ٢١). هذه هي الكنيسة، ومثلما قال مكسيموس المعترف، إنها "أيقونة الله" على الأرض. إن المسيحيين الأوائل عاشوها بهذه الطريقة. ويوضح سفر أعمال الرسل هذا، أنه كان لهم "قَلْبٌ وَاحِدٌ وَنَفْسٌ وَاحِدَةٌ" و"كَانَ عِنْدَهُمْ كُلُّ شَيْءٍ مُشْتَرَكًا" (أع٤: ٣٢). يستمر هذا التشابه مع الله إلى حد الإعطاء الكامل للنفس، كما فعل هو على الصليب، لأن "لَيْسَ لأَحَدٍ حُبٌّ أَعْظَمُ مِنْ هَذَا أَنْ يَضَعَ أَحَدٌ نَفْسَهُ لأَجْلِ أَحِبَّائِهِ" (يو١٥: ١٣). ولكن في فعل التسليم هذا، والذي فيه نموت كما يبدو، نُفرِغ ونذبح أنفسنا، نحن بالفعل نولَد في هويتنا الحقيقية، منفتحين على روحنا، متيقظين إلى شخصنتنا الفريدة والحرة، وأخيرًا عارفين سرنا الحقيقي.

من الناحية الأخرى، تتكون الخطية من عدم الصلاة؛ أي، من التحول بعيدًا عن الله أو من العيش كما لو كان الله غير موجود. ومن ثم تصير روحنا منفصلة عن الله، من أصلها (جذر الكلمات "خطية أصلية"). ولا تتغذى نفسنا بعد، إذ تكون قد قفدت مصدرها. وهذا يقود إلى التمزّق العظيم داخلنا، إلى السقوط، سواء الفجائي أو التدريجي: إن الروح الجائعة جدًا إلى الله تهرول إلى النفس لتُقيت نفسها وتتغذى عليها باحتياجها المطبق. هذا عندما نموت حقًا. إن الخطية الأصلية مميتة؛ هذه هي حالتنا، فنحن نقترفها باستمرار. إن الخطايا الأخرى هي مجرد فقّاعات تطفو على سطح الماء الذي أعماقه ملوثة بانفصالنا عن الله. إن النفس المُثقَّلة بالروح والتي لم تعد متغذية بها،

ستبحث عن تغذيتها من الجسد، والذي هو عندئذ يغتذي عليها تباعًا. تصبح النفس جسدانية وتُنهِك الجسد ولاحقًا يسقط الأخير في المرض والموت، لأنها لا تتقبل حياة النفس الروحية: هذا هو ميلاد "الإنسان الجسداني". قد احترقا كل من جسده ونفسه بالعطش المطلق للروح الذي يسكن فيهما. وبدلاً من الابتهاج بالله، يطلبون مسرات خارجية وحرفيًا منوَّمين معناطيسيًا بواسطة العالم.

منفيين إلى العالم الخارجي، "مصمَّمين للخارج extrodetermined" كما يقول علماء الاجتماع، عائشين بوعي متحوّل بعيدًا تمامًا عن روحنا، نتمتع بالأشياء كما لو كانت غاية في حد ذاتها، ذاك الفعل الذي فيه تصبح النفس راضية بنفسها وتركز على مباهجها الخاصة. إنها تنتفخ، كما يقول القديس أغسطينوس: عوضًا عن غياب الله، تستبدله باستحواذ ذاتها لذاتها، وبالاندفاع نحو العشق المتزايد الخارج عن أعماقنا يتلخص إلى عبادة وثنية ذاتية، وثنية واعية أو غير واعية لكل الأشياء المحيطة بنا. إنها تجعل النسبي مطلقًا وتربط نفسها بطريقة غير محدودة بالمحدود، ويصبح كلاهما مقيدًا ومُستَغلاً.

إن الأشخاص الذين فقدوا بُعْد روحهم القلبي، الذين لا يغتذوا بعد على الرغبة الفريدة للمرغوب الفريد، سقطوا إلى الخارج نحو مصادر أخرى، علاقات أخرى في ازدواجية وتعددية للرغبات. هذا هو تأكيد لازدواجية النفس، كاريكاتير لصورة الله، كبرياء يُقصي الله ويجعل من الإنسان إبليسًا آخر. هذا هو انحراف المشيئة، مشيئة الاستقلال والتي هي "القاعدة والأم لكل الشهوات" (ثيؤفان الحبيس). يبدأ التحلُّل، مفسدًا ومفكّكًا كياننا حتى أن الكراهية والموت صار لهما الكلمة الأخيرة. وعند نهاية الشهوات، لايوجد سوى فراغ؛ في مكان صمت الروح، مكان مصدر الحياة الذي هو الآب، لا يوجد سوى

العذاب أمام المعاناة والموت، مع مقابل للمتع في كل أشكالها؛ في مكان النور الذي يعطيه الكلمة لوعينا، نجد ظلمة اللامعنى؛ وسخف الحياة ونسعى للتعويض باقتناء ممتلكات؛ في مكان الروح القدس المحيي الذي توصل طاقاته القوية حبًا، نجد العزلة ورعب الوحدة، مع تعويض البحث عن قوة وسيطرة. إن عذاب الموت وسخف الحياة والعزلة هي فراغ الشخص الذي لم تعد روحه تقتني الله كساكن. هذا يجعلنا تائهين غير مرضيين أبدًا، يصنع منا أشخاصًا معتوهين لم يعرفوا بعد من هم، أناسًا مرضى نعالج الأعراض فقط لأننا لا نعرف بعد سبب محنتنا.

إن مجتمع الاستهلاك الذي نحياه يستغل بطريقة مذهلة هذه التعددية المسعورة لرغباتنا. ولكن بعد سنوات من الجري لإرضاء شهيّتنا وبدون القدرة على سد جوعها، نلاحظ أنه مازال يوجد فراغ داخلنا، مازالت هناك رغبة متعذر تفسيرها، تطلُّع إلى شيء غير معروف. وحالما نأخذ هذا الاشتياق بعين الجدية، يبدأ نضجنا الحقيقي.

لأنه لا شيء خارجي أو طبيعي أثبت أنه يقدر أن يشبع هذا الاشتياق، فنحن نتعلم إن هذا ميتافيزيقي، فوق الطبيعة، نداء من الأعماق الداخلية، صرخة من الكيان، آخر آثار تبقت من اختبار الله داخلنا التي لم تكف عن الصراخ: "آدم، أين أنت؟".

بالتحديد في هذا الفراغ، في هذا الاشتياق، الذي وصّفه جيدًا الشيخ سلوان، والذي هو ليس أكثر من تأوُّه الروح، ستمد صلاة يسوع جذورها. بالإصغاء إلى هذا النداء من الأعماق الذي هو بالفعل بداية الصلاة وأساسها: "اسمع، يا إسرائيل!" تبدأ العودة في هذا الطريق، واسم يسوع، مثل السامري الصالح على جانب الطريق، سيشفي جراحنا المفتوحة بيدّ الانفصال والاغتراب.

طريق الاهتداء والنسك

وَأُعْطِيكُمْ قَلْبًا جَدِيدًا، وَأَجْعَلُ رُوحًا جَدِيدَةً فِي دَاخِلِكُمْ،
وَأَنْزِعُ قَلْبَ الْحَجَرِ مِنْ لَحْمِكُمْ وَأُعْطِيكُمْ قَلْبَ لَحْمٍ.
حزقيال ٣٦: ٢٦

ماذا يجب علينا أن نعمل في طريق العودة؟ هذا هو سؤالنا! وهو أيضًا السؤال الذي سؤل ليوحنا المعمدان نفسه (لو٣: ١٠). يقف يوحنا المعمدان عند مفترق طرق التاريخ الكوني وعند مفترق طرق تاريخنا الشخصي جدًا. فهو النبي المبشّر بالأزمنة الجديدة، إذا قبلنا أن "توضع الفأس على أصل الشجرة" (لو٣: ٨-٩) واتخذنا طريق العودة، أو التحوُّل. لأن "الشجرة" هي روحنا القلبي وإنه "الأصل" الذي يتسلل برفق عن طريق الكبرياء ومحبة الذات اللتيْن هما مصدر كافة الآلام. ومن ثم لكي "نميت الحية التي تعشش وتقتل أسفل الروح" (Pseudo-Macarius). هنا محبة الله والآخرين هي العلاج الوحيد: "مَنْ لَهُ ثَوْبَانِ فَلْيُعْطِ مَنْ لَيْسَ لَهُ، وَمَنْ لَهُ طَعَامٌ فَلْيَفْعَلْ هكَذَا" (لو٣: ١١).

إن إعادة اكتشاف هذا الذي يوحِّدنا، وإعادة اكتشاف براءتنا الأولى، يقودنا إلى أن نكون واحدًا مع الله، لدرجة أنه لا يوجد بعد في داخلنا وعيًا بذات متمايزة، مستقلة عن الله. عندئذ كل ما نعرفه هو الحب، لا شيء آخر: الرغبة الفريدة للمرغوب الواحد الفريد التي تجعل من الحياة شركة حب مع الخالق ومع الجميع حتى أنه يخلق بلا انقطاع في كل لحظة.

النقيض هو اندفاعنا نحو الخارج الذي يضرم ازدواجية وتعدّدية الرغبات ويجعل من الحياة كراهية وانقسام فقط، مثلما يقول مكسيموس المعترف: "نحن نبتلع أنفسنا بأنفسنا مثل الأفاعي. إن شركة الحب تُستَبدل بالخوف الخفي الذي للموت، وهذا الموت، هو سبب تحول الحب إلى شهوات مدمرة". إن الذات منغلقة جدًا على نفسها بهذا العذاب الميتافيزيقي حتى أن الآخر، وهذا الآخر متضمنًا الله، هو دائمًا، حتى بدون وعي، عدو كامن.

في الشخص الذي روحه منفصلة عن الله، تدخل النفس إلى تغيير جذري لوجهة النظر وتمر إلى حالة من الثنائية. وبدلاً من العيش من خلال الله، ومن رؤية كل شيء من خلال نوره، وبعينيه، ترى النفس وتحيا من خلال الأنا بطريقة ذاتية. هذه ذات مزيفة، غير كائنة، الكيان التجريبي حيث يُزيد كل فعل من إثبات الذات من التوتر الثنائي بين الذات والله، وبين الذات والآخرين. وكما تعتمد الذات على الأشياء لتُثبِتها، لن تتوقف الحفرة عن أن تُحفر أكثر ويصبح الله نفسه كائنًا مخاصمًا ومعاديًا، منافسًا. وقليلاً قليلاً تتزيف كل العلاقات: مع المرء ذاته، ومع الآخرين، ومع الله، ومع كل الخليقة. هذا التمسُّخ الوجودي يجلب إلى الحياة التي فينا نوعًا من التهيُّؤ إلى الإيمان الرديء، حيث نحاول باستمرار أن نجعل الأشياء غير ما هي عليه، بهدف أن تخدم شهيّتنا لأجل المتعة والقوة تحت تصرُّف بواعثنا الاعتباطية في كل لحظة. هذا هو "الصخب المزعج للشهوات" بحسب التعبير الآبائي، المضاد للصمت الداخلي، الذي للهدوئية.

هنا يبدأ كل انحلال. إن وجودنا مكسور، فنحن نغوص في تناقض داخلي لا يمكنه إلا أن يجعلنا نعاني. إن الشخص الذي يصرّ على السير برجل مكسورة سيعاني فقط؛ وكل رغبة تخرج من هذا الكسر العميق الذي نحمله في الداخل،

تحضرنا لا محال إلى مأساة تراجيدية. إن الأهمية العظيمة للنسك الحقيقي توجد هنا: في تمييز الدوافع وراء طريقة وجودنا وفعلنا.

من أين تأتي رغبتي وإلى أين تسير؟ هذه هي القاعدة الأساسية للنسك، وموضوعه الأساسي، ومكان ندمنا العميق. النسك هو حارس على كل حركة داخلية وخارجية. فلا شيء ممكن -لا إنجاز، ولا سعادة، ولا سلام- طالما الرغبة متجهة إلى ذاتها، أنانية وجشعة! فلا يوجد طريق روحي أو صلاة يمكن أن يُصان بدون محاربة هذه الرغبات الشهوانية. وقد أجمع كافة الآباء على هذه النقطة. إن المحبة نفسها لا يمكن أن تولَد إلا عندما تنبذ الذات طموحها الذي يتوق إلى الحكم الذاتي المستقل المطلق.

تَفهَم الروحانية الأرثوذكسية كل الرغبات الأنانية المتمركزة حول الذات بواسطة كلمة "الشهوة" والتي من خلالها يطلب الشيطان أن يأسر البشر. ولكن التقليد، وخاصة أوغريس Evagrius (القرن الرابع)، يلخص هذا الهياج في نفسيتنا إلى ثمانية قواسم مشتركة. هذه أداة تمييز رائعة يجب أن نعرفها في أعظم أعمالها المتقنة، ليس فقط لكي نتعقّب الشياطين التي تسكننا، ولكن لكي نفك شفرة طريقهم الخفي للكمون لنا. هذا المعيار يسمح لنا من ناحية أن نعتاد التوقف والنظر بوضوح إلى حياتنا، داخلين في توبة، ومن الناحية الأخرى يمكّننا من أن نتدرب على هذه المراقبة في يقظةٍ تصبح دائمة بمعونة الصلاة المستمرة.

"إن الشخص الذي يرى خطيته هو أعظم من ذاك الذي يقيم الأموات" (إسحق السرياني). هذه ليست قضية إصدار أحكام، بل التعرُّف على الشر لكي نتجنّبه. إن الشهوات لا تتدمر بهذا العمل الداخلي، ولكن قوة طاقتها المُشَتِتة تُعاد تحويلها نحو الله.

إن الصلاة والنسك يدخلان هنا في تعاون تام perfect synergy لأجل عمل مشترك: حراسة القلب. هذه الحالة من اليقظة الدقيقة هي حالة، تكاد تكون مستمرة، من النعمة التي فيها نطلب الأدنى.

(١) الشرَه

إن عمالقة النسك في التقليد قد وضعوا الشَّرَه على رأس الشهوات لأنه ليس مجرد ذكريات مضحكة من طفولتنا، بالرغم من أن سلوكيات البالغ تظهر تعلُّقًا حقيقيًّا "بالمرحلة الفَمِّية" والرضّات المختبرة في لحظة الفطام، والتي قد تترك ندبات محتملة أو مواضع نكوص داخلهم. هذه هي ظاهرة التعويض من خلال الأكل، الساكنة بواسطة كل البواعث غير المدركة. وبدون إنكار هذا، من الضروري أن نذهب إلي ما هو أبعد من الطفولة المبكّرة وأن نضُمَّ كل الشرور التي تقوم منها فيما بعد.

يرى الآباء علاقة وثيقة جدًا بين الحياة الروحية والطعام. فيوحنا كاسيان، ومكسيموس المعترف، وكثيرون آخرين، أوضحوا أن نوعية وكمية الطعام الداخلة مع خليط من السوائل إلى الجسد تبدي تأثيرًا مباشرًا على أفكارنا. واليوم يؤكد العلم خبرة النساك.

إن الاحتياج الأساسي للتغذية يتطلّب من كل شخص أن يدخل في اتصال مع العالم، وأن يأخذ بجدية أهمية الجسد التي هي على علاقة وثيقة به. ولهذا، فإن مراقبتنا لطريقة تناولنا الطعام هي كاشفة جدًا. إن الشهوة لا توجد في الاحتياج إلى الأكل، ولكن في قدرة هذا الإلحاح على أن يحاصر وعينا بالكامل ويقهره إلى النقطة التي لا يوجد فيها حيز لله. إن تناول الطعام هو اختبار،

يكشف عن إلى أي مدى نقدر أن نبعد أنفسنا عن احتياجنا لحماية معاناتنا العميقة، عن محبتنا للذات ومتعنا الفردية، حتى نتمكن من أن نكون أحرارًا لله.

هذا هو السبب وراء أن التجربة الشيطانية الأولى، التي هي في أصل كل شيء، حتى عند تأسيس الخليقة -والتي تحرف القصد الخلّاق وتجعلنا نفقد معنى الحياة وذاتنا الحقيقية- هي فعل أكل، أو بأكثر دقة، طريقتنا في الأكل. هذه التجربة جرفت البشرية إلى السقوط من بدء الخليقة (تك ٣)، ومن الناحية الأخرى، جعلته ممكنًا بالنسبة للمسيح أن يُصعِدنا إلى خليقة جديدة (مت٤). نحن نترنح في كل لحظة بين هاتين الإمكانيتين. فنحن لا نأكل فقط عند المائدة! نحن ما نأكل We are what we eat، نحن نحيا من خلال الأكل فقط، نأكل باستمرار. بالفعل، نحن كائنات جائعة والكتاب المقدس بالكامل يقدم البشرية على هذا المثال. إن العالم كله هو طعامنا، وجسدنا هو من نفس المادة كالعالم: ولهذا، فإن هذا التنافذ الأسموزي osmosis، هو مباشر وبدون وساطة. إن الله يعرض لنا الكون مثل مائدة، مأدبة كونية (تك١: ٢٩) وأن نحيا هو لاشيء آخر سوى أن نأكل! حتى يسوع يشبِّه ملكوته بوجبة عرس "لِتَأْكُلُوا وَتَشْرَبُوا عَلَى مَائِدَتِي" (لو٢٢: ٣٠)، وفي عرس قانا الجليل أظهر فيه مجده لأول مرة في فعل من الأكل والشرب! (يو ٢).

نحن نأكل بالفم، ولكن أيضًا بنظرنا، وسمعنا، وشَمّنا، ولمسنا. فلا توجد لحظة في اليوم لا نكون فيها في حالة استقبال، وحتى أثناء الليل، النوم لايزال تغذيةً! وفوق كل ذلك، إن الذي يغلِّف، ويؤيد، ويخترق كل شيء، هو النَفَس: فإذا كان ممكنًا أن نعلّق تناول الطعام لفترة من الوقت، فمازال علينا أن نتنفس. إنها مسألة حياة أو موت.

لماذا خلقنا الله بهذه الكيفية؟ كان يمكنه أن يفعل هذا بطريقة مختلفة. ماذا تعني هذه الاعتمادية غير المعقولة علام ما حولنا، وهذا الجوع الدائم في العلاقة بالعالم؟ إنه يعني أن البشرية جائعة إلى الله.

الله محبة، وقد جبلنا على صورته؛ أي لأجل شركة غير منقطعة معه. إن كل ما نحن عليه وكل ما يحيط بنا خُلِق فقط لأجل هذا الغرض. إن الخليقة هي عطية من الله. وفيها يعطي الله نفسه ويكشف نفسه؛ إن طعامنا هو حياة الله، الحب الإلهي الذي يُقدِّم نفسه إلينا في كل لحظة بلا استثناء. وحواسنا الخمس هي "نوافذ مفتوحة" على هذا الحضور غير المرئي الذي ينتظرنا ويسعى إلينا، الذي "ينفخ إلينا نَسَمة حياته". وبالتالي فإن تعددية رغباتنا تشمل الرغبة الفريدة لله، وقلبنا سيستريح فقط عندما يجده، كما قال القديس أغسطينوس.

خلف كل جوع في حياتنا يوجد الله. إنه ببساطة لأجل قصة حبٍ قد خلق الله العالم، وبدون الحب لا توجد قصة على الإطلاق، فوضى فقط وموت. ومن ثم، ننسجم مع الذي يعجز عن إعطائنا حياة؛ بدون الله، ننسجم مع الموت نفسه.

أن نصبح واعين لحضور الله في كل مكان وفي كل الأشياء، وأن نصبح متحدين مع الله بواسطة مشابهته من خلال هذه التغذية الثابتة، كان هذا هو الدور الرئيسي للبشر، الذين عندئذ أصبحوا كهنة الخليقة. حياتهم كانت يجب أن تكون إفخارستيا، حيث كل شيء يحوِّل نفسه إلى حياة الله. بالشره، الذي نحن شيطانيًا نختذله ونعتبره في مقام مجرد لعب أطفال، هو الانحراف المأساوي لهذا المنظور الجلّ. نحن دائمًا إما في حالة شركة وتحالف مع الله، أو في حالة انفصال عنه. هذه هي الخطية الأصلية: كان يمكن أن تكون الحياة "ثمرة" لقاء، ولكننا نجعلها غاية استهلاكية.

إن العلاج النسكي لهذا الانحراف يمكن أن يوجد فقط في فعل تناول الطعام بشكل صحيح. "تناول الطعام يمكن أن يكون قداسةً إذا كنا نأكل بامتنان، ونحرر شرارات الحضور الإلهي، التي للشاكيناه، التي توجد في الطعام" كما قال مارتن بوبر Martin Buber. هذا هو سبب ذاك التدريب الذي عُمِل من خلال ثلاثة حقائق أساسية تسترجعنا إلى المسيح، "الْخُبْزُ الْحَيُّ الَّذِي نَزَلَ مِنَ السَّمَاءِ" (يو٦: ٥١)، وصلاة يسوع التي "نمضغها" كأكل فعلي لكلمة الله؛ والإفخارستيا، لأن "مَنْ يَأْكُلُ جَسَدِي وَيَشْرَبُ دَمِي فَلَهُ حَيَاةٌ أَبَدِيَّةٌ" (يو٦: ٥٤) ويمكن أن نعيد من جديد اكتشاف حضوره المقدس في كل طعام؛ الصوم، الذي من خلاله يُعلَن لنا بإنارة أن جوعنا هو جوع إلى الله، لأنه في التوقُّف عن رد فعلنا "الاعتيادي" لتلبية احتياجات الجسد، ينزع الصوم منه سُمَّ سوء الاستخدام، ويجعله، أي الجسد، شفافًا إلى بهاء من يحيا بداخله. إن تقدمة الذبيحة الإلهية من الليتورجية القديمة للإقليم الفرنسي والتي استعيدت بواسطة الكنيسة الأرثوذكسية الفرنسية تعلن: "ليت كل جسد يكون صامتًا وسيدخله ملك المجد".

(٢) الفجور

إن الخلفية التي تحيك نسيج الشَّرَه هي أيضًا خلفية الشهوات الأخرى. البشرية يمكن أن تصوَّر كعنكبوت هائل، أو كمعدة ذات ثمانية أذرع، التي بلا انقطاع، خلال حياتها، تجلب كل شيء نحو مركزها؛ الذي هو الذات. إن الفجور، بحسب تعريف الآباء، هو النتيجة المباشرة لتناول كميات كبيرة من الطعام (القديس يوحنا كاسيان). ولكن، كما في حالة الأكل، فإن النشاط الجنسي هو "تكوين" البشرية، يحيا ويعبر عن نفسه من خلالنا. وفي قاعدته

هو توقٌ للوحدة المفقودة وبحثٌ، لا يُرضَى بالكامل أبدًا، عن الجانب الأنثوي أو الذكوري لنا. هاتان الحقيقتان هما الأساس لأي مسار روحي، ولهذا السبب فإن الطهارة بالنسبة إلى الراهب، كما للأشخاص المتزوجين، هي حجر الأساس الذي عليه سينمو كياننا.

لأجل هؤلاء الذين ليس لهم حياة روحية قوية، إن النفس الطفيلية التي سُكِنَت من الروح المطلقة، والتي لا تغذى نفسها بكفاية من الله، حرفيًا، تتلف الجسد الذي يلهب نفسه بالاشتهاء. إن النار الإلهية بداخلنا إن تحولت بعيدًا عن الله تصبح نارًا شهوانية، ومن ثَمَّ كل علاقة تصبح إباحية بدلاً من كونها ظهورًا إلهيًا، مثل كأس تفتح نفسها لتفقُّد الله. إن جملة طاقتنا مُستَقطَبة عند مستوى البواعث التناسلية، والتي تغمر وعينا وتجد منافذها في استغلال شخص آخر من خلال الفكر والتخيل، من خلال نظرة شهوة، من خلال إيماءة عنف وأنانية، من خلال رغبة ملتهبة وغير محكومة، أو لذة فردية. إن الجسد، الذي هو هيكل تحالفنا مع الله، يصبح مكان هلاك متبادل، غاية استهلاكية حيث كل سر يُفرَّغ. يصبح القلب معتمًا ويتعذر الوصول إليه من أي حضور آخر بخلاف الحضور الشيطاني.

إن العلاج الوحيد هو أن يترك المرء نفسه للحب، وأن يصبح واعيًا لحب الله العظيم لنا، والذي يكفي للوصول إلى القداسة. هذا هو المعنى العميق لصلاة يسوع، ويمكنه أن يخلق أعاجيب. بما أن النشاط الجنسي له مقعده في المخ، فالابتهال بالاسم القدوس أتى ليحل محل الفكر المُلِح ويعرِّض القلب إلى الحب. هذا الحب المتنامي يفتح الروح القلبي إلى الله ويسحبه بعيدًا عن تغذية النفس. وبالتالي، محرَرةً، تدير النفس ذاتها نحو الروح، ويستدير الجسد نحو النفس: إن تحريرها هو أنّ الحب "يغير جوهر الأشياء" بحسب القديس يوحنا

الذهبي الفم. إن كياننا كله يدخل في ضغط جديد، والتكوين الهرمي المشَّوه للجسد-النفس-الروح يعيد ترتيب ذاته في عملية الاهتداء هذه ويوحد نفسه مع الروح.

إنها هذه الصيرورة التي ندعوها الطهارة، من اليونانية *sophrosyne* تعني: وفرة من الحكمة. ليست هذه مسألة عدم الحب، أو "التقشُّف"، ولكن بالعكس، نمو الحب. فيقول باسيليوس روزانوف Basil Rozanov، فيلسوف روسي معاصر: "إن الفعل الجنسي، في روحه وحقيقته، هو بدقة الفعل الذي من خلاله لا ندمّر الطهارة، بل نكتسبها". إن المحب الحقيقي يعرف كم هو حرًا من التسلُّط الجنسي، كما لو كان يسحر، وهذا هو الاختبار المعروف لمصداقية حبه!

إن الحب الحقيقي هو مظهرٌ للروح القلبي الذي ليس له بناء جنسي. لأن الذي داخلنا يسمو على المكان والزمان. من خلال الطهارة العذراوية، تقود النفس والجسد إلى نفس هذه الشفافية التي تجعلنا ننفتح على تغيير تام للأهداف في كل العلاقات، وبخاصة الجنسية.

إن هدف كل من الراهب، والأعزب (البتول)، والمتزوج هو واحدٌ، ولكنه يتحقق من خلال مسارات مختلفة. فبالنسبة للراهب، هي مسألة حياة خدمة الأمور العليا من خلال الرفض الجذري جدًا لكل مساومة أو الرفض لمخاطرة الامتثال مع فوضى وتشويش هذا العالم؛ إنه ينسحب منه ويواجه الشياطين ليقاتلهم. إن حياته هي استشهاد كما هي احتفال فوري بعرس الحمل.

أما الزوجان فيعيشان في وسط العالم ويحتفلان بخدمة الأمور الأولى، جاعلين من الحياة اليومية مادة ذبيحتهم. ومن ثَمَّ يصبح الزواج صورة نبوية للملكوت الآتي. إنهم يشيّدون "بيت الله"، كما يدعوه كليمنضس السكندري،

ويشكّلون سر الكنيسة: الماء يتحول إلى خمر، الحياة اليومية محوَّلة إلى واقعها الحقيقي. إنهم يدخلون في تحول هائل. إن الطهارة تنطلق بالزواج من قَدَرِه البيولوجي وتجعل منه مسارًا روحيًا يستلزم صراعًا ونسكًا يتكافآن مع جهاد ونسك الرهبان!

لا يوجد حبٌّ بدون الصليب: إن قلب الشخص هو المذبح حيث يقبل الآخر أن يموت. إن ثمرة هذا الاتحاد التام، وهذا "التعاون الوجودي" الذي يجلب شخصيةً سريةً مستيكية جدًا إلى الفعل الجنسي، ليس هو ميلاد طفل ولكن إعادة ميلاد المحبين على مستوى أعمق دائمًا، ولادة تبادلية. إن المحب هو شخص متأمل، والسر المقدس يسمح له أن يرى مجد الله في المحبوب، وصلاة يسوع تجعله ممكنًا أن يسميها أو يسميه. بالنسبة للشخص الذي يحب بحق، تُظهِر الحياة الزوجية نفسها كعليقة مشتعلة حيث يجعل الله نفسه مرئيًا، وملموسًا، ومسموعًا.

إن الشهوة الجسدية، سواء كانت على انفراد أم مع شخص آخر، هي جحيمٌ، فيه نرى ذواتنا فقط، كما لو كنا في متاهة مَرَايا. أرى نفسي فقط، لا شيء غير نفسي، إلى درجة الغثيان. إن الافتتان الشيطاني بهذه الشهوة المميتة لا يُغلَب إلا بالصلاة عندما تصبح مستمرة، وعندما تستمر اليقظة الداخلية التي تنهضنا إلى الحركة نحو الآخرين، معلّمة إيانا كيف نقول: "أنت!" في حنو غير متناهي تختفي فيه كل أنانية.

(٣) الطمع

إنه حصيلة مباشرة للشهوات السالف ذكرها (الشره-الفجور)، فالطمع يعطيهما قوامًا خارجيًا. إن كياننا يقترب إلى جسم غريب، ويربط نفسه به إلى الدرجة التي تجعله يخسر نفسه إن خسره. فأوغريس يقول أن مصدر الطمع هو الخوف. إن الشره والفجور لا يكفيان الاحتياج الباثولوجي للأمان؛ ومنهما يولد استياء دائم وعدم استقرار يجعل البخيل يغوص في مذهب الفعالية activism؛ أي اللجوء لأي شيء وحتى للعنف لتحقيق الأغراض، خاصة السياسية. فهو يترك الصلاة خلفه لأنه يثق فقط في نفسه وفي الحاجيات التي يكدّسها. إن وقته مخطط بدون مشورة الروح القدس وسيكون أول من يُفاجَأ بأن يتعلم أن المستقبل يخص الله وحده. فإذا تبقت أية صلاة على الإطلاق، فإنها تكون بمثابة تأمين على الحياة فقط أو لكي يعرض رغباته أمام السماء: "أَصُومُ مَرَّتَيْنِ فِي ا لأُسْبُوعِ وَأُعَشِّرُ كُلَّ مَا أَقْتَنِيهِ" (لو١٨: ١٢). إن الاستحقاقات العديدة التي جمعها تعطيه حقًا على الله، ويشعر أنه ليس بعيدًا عن الحصول بيديه عليه (الله) أيضًا.

هذا الفريسي مراءٍ وخائن للعهد، لأنه قادر تمامًا على تبرير موقفه: فهو يكدّس لكي لا يعتمد على أي أحد. وهذا أيضًا يبرر بواعثه لكي يخطو إلى هوة الكبرياء.

إن الطمع خطرٌ جدًا لأنه لا يعرف حدودًا: فكل إشباع لرغبات يثير رغبات جديدة. فهذا يمكن أن يذهب من التعلُّق المضحك إلى ممحاة، بحسب القصة التي قالها يوحنا كاسيان، عن ذاك الراهب الذي كان يرغب أن يصير أسقفًا ويلتحف بالأرجوان ويحاط بالثروة. فالمشكلة ليست في سُمْك الحبل الممسك بالطائر: سواء كان خيطًا رفيعًا أو حبلاً سميكًا، ففي جميع الأحوال لن يكون

قادرًا على الطيران. هذه الصورة الرائعة من القديس يوحنا الصليبي تؤكد فكرة الآباء النسّاك الذين رأوا في الطمع عَرَضَ مَرَضٍ خطير في النفس ينشأ من تقسّي الروح، الفتور في محبة الله، وإعواز للشجاعة، واحتباس في عالم المخلوقات.

إن الجذور غير الواعية للسلوك ليست موجودة في المرحلة الشرجية أكثر من الشراهة الموجودة في المرحلة الفمية، كما يقترح بعض علماء النفس. فهذه هي مجرد مراحل ترسيخ لشرّ أعمق كثيرًا! بعد فَقْد الحقيقة، نتحول نحو الظل: نُقطَع من الحياة، نبحث عن البدائل، قوتنا الدافعة لا تكون بعد ديناميكية حيوية ولكن خوفًا من الموت. ومن ثَمَّ نؤمن أننا عائشون، مع أننا، في الواقع، نعيش خلال مظاهر وخيالات وأوهام.

"حيث يكون كنزك، هناك يكون قلبك". كلمات المسيح هذه تضع السكين على البقعة الحساسة للبخيل. فإنه "إما هذا أو ذاك" و "مَنْ لَيْسَ مَعِي فَهُوَ عَلَيَّ" (مت١٢: ٣٠). طالما قرار طلب الملكوت ليس هو أساس الوجود الإنساني، يبقى القلب منقسمًا وتحاصره الشياطين. ولهذا صلاة القلب، في تطهيرنا، تكشف قبل كل شيء أين هو كنزنا. فكنز إبراهيم الفريد كان إسحق، ابنه، الذي قدمه ذبيحة وبهذه الطريقة أصبح أبًا لكل المؤمنين (تك ٢٢). ليست هناك إجابة أخرى غير إجابته لنداء الله: "هأنذا!" ولكن يجب أن نسأل أولاً: ما هو إسحق الذي لي؟ أين هي أولوياتي؟ إن الدعوة إلى المسكنة وإخلاء الذات تدوي خلال الكتاب المقدس كله. إنها في أعماق العهد لأن "خيرنا" الوحيد هو المسيح. فقد قيل في التطويبات عن "المسكين" و "النقي القلب" إنه "سعيد" سعادة مضاعفةً: فوق المتع الأرضية، فرح "ملكوت السموات" ينفتح إليه و"سيرى الله" (مت٥: ٣).

عندما يكون الشخص مأخوذًا بالله نفسه أكثر من أي شيء آخر، فإنه يدخل عاريًا إلى العالم وهذا هو المذود؛ ويتركه عاريًا وهذا هو الصليب؛ وبين الاثنين "لا يجد أين يسند رأسه" (مت ٨: ٢٠). في هذا الكيان، الله والبشرية هما واحدًا تمامًا: وهذا يعتمد على المسيح، ولكن أيضًا على حال التلميذ وحال مساره الذي ستقتفي صلاة يسوع أثره.

إن الرحلة الروحية هي رحلة حرية داخلية واستقلال الروح من جهة كافة الأمور، حرية بدونها ليست هناك صلاة نقية. هذه المساحة من الحرية تدخل الروح، وتعيد المقدرة على محبة الأشياء كعطية من الله و كما يقول القديس بولس: "وَالَّذِينَ يَسْتَعْمِلُونَ هَذَا الْعَالَمَ كَأَنَّهُمْ لاَ يَسْتَعْمِلُونَهُ" (١كو٧: ٣١). إن الشخص الذي يملك هذه الحرية هو سيدًا للعالم: يعهد بكل ما يقلقه إلى الله ويتقبَّل من يديه كل ما يحدث له.

(٤) الحزن

كل الشهوات تؤدي إلى الحزن: إنها علامة قوية عن الشخص المنفصل عن الله. هذه ليست مسألة مزاج نفسي سلبي، ولكنها نوع من امتلاك أعماق اللاشعور للقلب الذي يملأ أنفسهم بالمرارة. إن العطش الجحيمي المطلق وغير القابل للإخماد يظهر النفس الصغيرة خلال عدم إرضاء الشهوات، والبواعث، والرغبات الغريزية.

إن إدراك المحدود لا يمكن أن يحقق رغبة لا محدودة، والفرح لن يمكن أن يدوم للأبد إذا اعتمد على أشياء خارجية مؤقتة تتغير حسب تعريفها! بإحباط شديد، يسقط هذا الشخص في تضخُّم رغباته ويرى تعاسته تطبق

عليه في حلقة مفرغة. حزنه يكون ثقيلاً، ويشده إلى أسفل، ويمنعه من التأمل ومن نقاوة القلب، ويمنعه أيضًا من القراءة الروحية. إن النفس تُلتَهَم بالحزن مع كل دَقّة، وتصبح عاجزة عن أن تكون هيكلاً لله وعن قبول الروح القدس. هذا الفشل للمصير الإنساني يؤدي مباشرة إلى يأس جهنمي، ومن علاماته الظاهرة نفاذ الصبر والعدوانية. إن هذا النوع من الحزن شيطاني!

من السهل رؤية تشخيص الداء عندما نعتبر السلوك الأساسي للمسيحية: الفرح. هذه هي نغمة المسيحية، وعندما يكون الشخص غير سعيد فهو شاذ عن اللحن! إن الإنجيل يعني "الأخبار السارة": المسيح قام، والأرثوذكسية تعتبر، مع إسحق السرياني، أنه لا توجد خطية أعظم من عدم الحساسية لهذا، ولا خيانة أكثر رعبًا من أن يكون تلميذٌ بدون فرح. لأنه أن نوجد في المسيح يعني أن نكون في فرح: "يَثْبُتَ فَرَحِي فِيكُمْ وَيُكْمَلَ فَرَحُكُمْ" (يو١٥: ١١). ولأنه لا توجد علامة أوضح، يجعل الإنجيل منها وصية! نستطيع أن نغش في المحبة، ولكننا لا نستطيع عمل ذلك بالفرح: فوحده الحقيقي الموثوق فيه هو من له من القوة أن يمنح الفرح. وهو في ذاته شاهد أن إلهنا هو الإله الحي الحقيقي، وأننا على الطريق الروحي. إن القدماء عرفوا هذا، وكررته التقليدات الأخرى: الفرح هو قانون التقدُّم الروحي، الميزة العظيمة للروح. فقد قال القديس بولس "كونوا فرحين، كونوا كاملين"، لأنه بدون فرح لا توجد قداسة؛ حقًا أضافت القديسة تريزا الطفل يسوع: "إن القديس الحزين هو قديس بائس!"

إن الفرح هو السر المقدس للمحبة، زهرتها وبهاؤها. وحيث لا يوجد فرح، لا توجد محبة أيضًا. ولهذا السبب الفرح هو موهبتنا الفريدة، بما أنه أصبح معيار الحق. فنحن نُدعى إليه: "اِفْرَحُوا فِي الرَّبِّ كُلَّ حِينٍ وَأَقُولُ أَيْضًا افْرَحُوا"

(في٤: ٤). إن الفرح لا يجب أن يُعرَّف، ولكن يجب أن ندخل إليه: "ادْخُلْ إِلَى فَرَحِ سَيِّدِكَ" (مت٢٥: ٢١).

لذلك، فالحزن، الذي ينبثق الحزن من كل الشهوات، يدعونا إلى زهد ممارسة الفرح. يقول الآباء أن الفرح هو فعل عظيم، لأنه أعلى فعل انفصال عن الذات، والأكثر معارضة للأنا، مذيبٌ لظلمة تعاستنا. إنه مرئي بالحقيقة في هؤلاء الذين لهم "الْحَيَاةَ هِيَ الْمَسِيحُ" (في١: ٢١) والذين من خلال الصلاة، يختبرون التأمل الدائم في وجهه. هذا الفرح لا يمكن أن يبتعد منا، لأنه لا يعتمد على أي شيء أكثر منه (المسيح) الذي يسكن في أعماقنا.

(٥) الغضب

ينبعث دفء لذيذ من المزاج الصحي والمتزن، ولكن عندما يُوخَز ببعض الملابسات، يستشيط بالغضب الذي "يغلي الدم" كما يقول أوغريس. هذه الطاقة الجبارة تكون محايدة في البداية. ولهذا السبب يمكن أن يوجد غضب مقدس أمام الظلم، ولكن المرء الذي في هذا النوع من الغضب قد اختار أن يضع نفسه فيه، يبقى حرًا ولا يسمح لنفسه أن يُنتَهك بالكراهية.

هذا مختلف تمامًا عن الغضب الموجه نحو شخص ما أو شيء ما: فإنه ينحرف إلى طاقة سلبية ويصبح أحد أكثر الشهوات خطورة. عندئذ نكون "بجانب أنفسنا" بينما يتوقف نَفَسنا، ونفقد أنفسنا، ونتشوَّه، حتى على مستوى الجسد أيضًا، وكما يصر أوغريس، نشابه الشيطان لأننا بالفعل نكون مستولىً علينا! وقال يوحنا كاسيان أن الغضب يعتم الشمس الداخلية، ويدمر التمييز والتأمل وكل حكمة، لأنه "لا شيء أكثر من الغضب يقاوم مجيء الروح

داخلنا". إن الشخص المغضوب لا يحيا في أعماق القلب؛ ولكن بما أنه مؤسَس على طبيعته الخارجية، يكون هشًا تمامًا: أقل ضغط هو اعتداء على ذاته التي هي منزعجة دائمًا، وحسّاسة وشكّاكة. إنه بركانٌ مغطى بالثلوج، الذي خطر ثورانه يقاس بحجم ذاته (أناه).

إن أصل هذه الكارثة موجود في عدم الرضا العميق لكياننا الذي هو غير قادر على الإزهار. مثل هذا الشخص يكون في عنف مستمر ضد نفسه والآخرين. فحدة الطبع أو الغيظ المتواصل ينخران فيه، وهما عَرَضان لشيء آخر؛ عسر الهضم، حيث أن أعضاء الهضم -الكبد، المرارة، المعدة- يمكن أن تتلف بواسطته. حتى أثناء الليل، لن يجد هذا الشخص راحة. فكم من الأرق يمكن تفاديه إذا أخذنا في الاعتبار أسبابه الروحية! هذه أيضًا حقيقة لكافة الأمراض الأخرى لأن كل مرض خاص بالبشرية له أصل روحي.

لقد قال الآباء أنه يمكننا غلبة الغضب فقط بمهاجمة جذوره من خلال التحول الداخلي لأنفسنا. إن الهدف لمثل هذا التحول هو نعمة "اللطف"، التي هي عكس الغضب. ولكن "اللطف" هنا لا يعني السلبية أو النعومة. فالمونسينيور يوحنا القديس دينس Monseigneur Jean de Saint-Denis يوضح أن اللّطف "يتكون من كوننا سعداء حتى في أسوأ التجارب، معترفين بالفرح ضد كل برهان ومشاعر، مستخدمين الفرح كعصا لجَلد الحزن، مجيبين أخوتنا وأخواتنا وكل حدث بالفرح". بقدر ما يمكن للغضب أن يدمر العالم وأنفسنا، كذلك يمكن أن يكون هذا الفرح هو غزْوه الحقيقي.

هنا الفرح والمحبة غير منفصلين ويشيران إلى سيد الروح الذي له السيادة على النفس والجسد!

إن الشخص الذي استولى عليه الغضب يواجَه بتحولٍ عظيم لأنه مدعو أن يحب أعداءه. هذا التسامح هو قمة الحب. فالشخص الذي لا يسامح يجب أن يتوقف عن كل ممارسة لصلاة يسوع لأنه يصلي لأجل دينونته هو! بدون غفران، لا يوجد شفاء، سواء البدني أو النفسي. والعديد من الأطباء اليوم يدركون ذلك. ولكن أن نسامح ليس معناه فقط أن يحل حب واهن للعدو محل الغضب أو الكراهية. ومن يمكنه أن يتبني مثل هذا الموقف؟

لكن أن نسامح الآخر يعني أن نتمنى له الخير من الداخل. إن أعظم صلاح يمكن أن يأتي على شخص ما هو بركة الله. يقول المسيح: "أحبوا أعداءكم وصلوا لأجل الذين يضطهدونكم". هذا هو الغفران الحقيقي، تقديم الحسنى للشر، ومباركة بدلاً من إدانة. "ربي، كن مباركًا في هذا الشخص..." ونكرّرها حتى تصبح الكلمات التي على شفاهنا هي حقيقتنا الداخلية تحت فعل النعمة. لأنه في الحقيقة، الله هو الذي يسامح من خلال مقدرتنا على فعل ذلك.

إن قوة القبول هذه لغفران الله، ولبركته للآخر، يجب أن تنزل فينا مباشرة إلى أعماق اللاشعور، هناك حيث تبقى صدماتنا. ربما يكون الخلاف قديمًا وجذور كراهيتنا غالبًا ما تكون قد نُسيت أو لم تعد معروفة. إن اللاشعور ينفتح فقط من ذاته على هذه المساحات إذا كنا مسترخين تمامًا؛ يجب أن نحرِّر كل توتر في كل مكان بجسدنا، سواء في الجلوس أو الاستلقاء، ومن ثم نتنفس بعمق، وننظر إلى الموقف أو الشخص الذي نحن على خلاف معه. بدون موضوعية أو تفكير وتحليل، نسعى أن نكون واحدًا، أن ننسجم مع الذي نحن ننظر إليه مباركين بشكل هادئ بدون محاولة الشعور بأي شيء.

إن آثار هذا الغفران في العمق هائلة! إنه المسيح نفسه الذي ينقذنا ويعيد خلقتنا. فالمستفيد الأول من الغفران هو الشخص الذي يمارسه. العُقَد العميقة، التي لها أيضًا تعبير بدني في الجسد، تنحل، وتدخل حرية غير متوقعة إلى كياننا كله، فاتحة قنوات الحياة الإلهية وسامحة بشكل جديد لوجودنا. كل العارفين بوصية المسيح هذه ويمارسونها يعرفون معجزاتها، ليس فقط في تحرير الذات، ولكن في انعطافها حول المواقف أو في التحول الذي يبدو مستحيلاً إلى شخص الآخر.

إن ممارسة هذا العمل على الذات سيكشف تدريجيًا أننا لدينا أعداء كثيرين أكثر مما نعتقد! فوراء كل صدمات ماضينا العسرة الهضم، بدءًا بأبوينا اللذين نجد صعوبة كبيرة أن نسامحهم على إعطائهم إيانا حياة، ومن خلالهم الله نفسه لأجل نفس السبب، ونجد أيضًا أنه من الصعب أن نسامح أنفسنا، لأننا لا نستطيع قبول أنفسنا كما هي. فأنا هو جاري الأقرب ويجب أن أنظر إلى نفسي كما ينظر الله إلي! إن الكل يبدأ بهذا الجهد. إذا رأينا أعداء في الخارج، فهذا لأنهم يعيشون داخلنا! وهكذا كل علاقة يمكن أن تفسد لأننا نُسقِط وجه أبينا على وجه صديق أو غريب. يمكن أن يتلوث موقفٌ ما إن كان يجعلنا نعيش ثانية شيئًا ما من ماضينا البعيد. وبطريقة ما، كل شيء يجعل لنا رد فعلٍ هو عدو، كل شيء وكل واحد ندينه هو عدونا، وأخيرًا كل شيء يضايقنا! ولهذا السبب استطاع آباء الصحراء أن يقولوا أن اليوم الذي يمر بدون مضايقة هو يوم مفقود، لأنه في محبة الأعداء توجد الميزة الفريدة للمسيحية، جدّتها وجوهرها؛ إنه في محبة الأعداء أن الذات تُصلَب وأنّ حياةً غير مرغوب فيها تصبح ممكنة: الخبرة العميقة للمسيح القائم.

(٦) الفتور

إن الشخص الذي يتقدم في الطريق ويستجيب لدعوة الله يمر من خلال مراحل متتالية لتطهيرٍ لا بديل له. بعد هذا الرحيل الحماسي، والذي غالبًا ما يُعاش في نشوةٍ وفي معركة باسلة، تأتي، كما كانت الحال مع الشعب العبراني، مرحلة الصحراء والنضوج. في هذا الجفاف العظيم، وهذه الأزمة السرية، نبدأ الشكوى من جهة كل شيء، ونفكر بحنين في "مصر" متعتنا السالفة. ولا يعد لدينا أية رغبة للحياة الروحية. الله، إن كان موجودًا، يبدو غائبًا أو بعيدًا، وكل ما نقوم به يبدو بدون فائدة نهائيًا.

هذا ليس توقًا أو نزوعًا كما هو الحال مع الشهوات الأخرى، ولكنه حالة تأسر وتتغلغل في كل مستويات النفس، تشلّ وعينا، وكما يقول مكسيموس المعترف: تطلق العنان لكل الشهوات الأخرى. ويضيف يوحنا كاسيان أن هذه المرحلة لها خاصيتان: الاشمئزاز والخوف اللذان يتسللان إلى كل أفعالنا. ومنهما يولد مزاج سيء داخلي جاعلاً اللحظة الحاضرة غير محتملة. نستجوب كل شيء، ليس الله فقط، ولكن أيضًا الحياة الرهبانية، الزواج، الطريق وتقاطعاته. ويمكن أن نغرق في أقصى درجات اليأس الجهنمي والإحباط الانتحاري. وتأتي إلينا صور حياة أخرى: ستكون الحياة أفضل في أماكن وظروف غير التي لنا. فالراهب يحلم بمغادرة ديره ليصير أسقفًا، والزوجان ينظران إلى الرجال والنساء الآخرين، أو يهربان في الأطفال، أو النوم، أو العمل، أو الكحوليات. كل واحد يجد ما يهرب فيه، ولكن في كل الحالات، هذا نومٌ للروح. وبحسب مكسيموس المعترف، الفتور هو المنتج الأخير للشخص المستغرق في الشهوة، والحزن، والغضب. إنه يسحقنا بكرب مرعب من فقدان معنى حياتنا

وسخافتها. هذا هو خوفنا الأعظم في القرن العشرين، أكثر بكثير من الخطر النووي، وهو: فقدان معنى الحياة.

لأن هذه الأزمة غالبًا ما تقوم في منتصف الحياة، تقريبًا عند سن الأربعين، يدعونها الآباء "شيطان الظهيرة"؛ ولكن يمكننا أن نكون "في سن الأربعين" عند العشرين أو الستين من عمرنا، بناءً على درجة نضج نمونا الروحي. ويمكن أن يظهر هذا الشيطان تحت شمس مشرقة أو في يوم ممطر كئيب، بدون أية أسباب، فجأة يستولي علينا الضجر.

من ثم، يصير أسوأ عدو، وبالتأكيد بطريقة غير واعية، هو الشخص الذي يسعى لمواساتنا! فالمواساة هي العلاج الأخير، ليس فقط لأنها مجرد زيادة للألم، ولكن لأنها أيضًا تمنع عملية الاهتداء. إن الشخص المصاب بالفتور يمكن أن يفعل شيئًا واحدًا فقط -يحيا بالكامل وبوعيٍ كل ما أُعطى أن يحياه: الاشمئزاز، والخوف، والضجر، والأمزجة السيئة، والكآبة. ولكي يكون كذلك، ولكي يعيش حقًا اشمئزازه وخوفه في الصلاة والخضوع، هو أن يقول الـ"نَعَم" المحِبَّة لله الذي يُظِهر نفسه في وجه اللحظة الحاضرة. إن الأمر يعود إلى خالقنا أن يختار أن يأتي إلينا كما يريد هو، هو من يعرف أسباب ذلك. مثل أبٍ، يعطينا في كل لحظة ما هو الأفضل لنا، حتى إذا كانت حدود ذكائنا تمنعنا من فهم ذلك. يجب أن ندع ذاتنا تقاد إلى عدم تحقيق لاوعينا لكي تتحقق هي؛ إن الشخص الذي لا ينزل إلى الظلمة لا يشتهي النور، فقد قال القديس يوحنا كرونشتادت Kronstadt: "يجب أن أنزل إلى جحيمي لكي أصرخ نحو السماء".

ولهذا، فإن الصحراء هي أحد أعظم الأسرار على الطريق. إنها تضعنا عند سفح الحائط: حسب قرارنا، تقودنا إمّا إلى تقسّي القلب بكل الأحزان المذكورة سابقًا، أو إلى الدخول إلى أرض الموعد، حتى لو لم يفض "اللبن

والعسل" بعد. لقد رن جرس ساعة حريتنا العظيمة، نقطة التحول في متناول يدنا والتي، غالبًا، تضفي اتجاهًا محددًا على بقية حياتنا، خاصة عندما تكون هذه هي أزمة "الأربعينات". فنطرح عنا ذاتيتنا، وتدريجيًا نقطّع كل مراسينا التي نرتكز عليها، لكي نضع كل اهتماماتنا على الله وحده، وأخيرًا ندخل إلى حكمة لا نهاية لها؛ أو، بالعكس، نسقط في تجربة ونسلّم أنفسنا لجنون العالم.

في الفتور، يجب أن نتذكر أن الحياة مثل خطٍّ من نقاط كثيرة: ليس مطلوب منا أبدًا أن نعيش أكثر من نقطة في نفس الوقت، هنا والآن، في اللحظة الحاضرة. "يَكْفِي اليَوْمَ شَرُّهُ" (مت٦: ٣٤). فعندما لم تستطع القديسة تريزا الطفل يسوع أن تحتمل معاناتها أكثر من ذلك، قالت أنها عاشت كل شيء من خلال الحب "من لحظة لأخرى".

(٧) المجد الباطل

إنّ شعور "انظر إليّ"، بحسب كل الأدب الآبائي، يلازم التقدم الروحي مثل الظل. فهذا رد فعل داخلي، وتقريبًا يتعذر التحكم فيه لأنه يهرب من تأثير إرادتنا، كما لاحظ يوحنا كاسيان. فيمكن أن يلبس مظاهر عديدة ويتطفل على كل شيء، حتى إلى أفعالنا الحسنة. فهو احتياج عصابي عند الإنسان أن يُرى ويُعرف معطيًا لنفسه أهمية لكي يعيش. إن الذات تتوق دائمًا أن تكون مركز كل الأمور، في كل لحظة. إنها تقدِّر مظهرها، صوتها، أصلها، جودتها، جمالها، معرفتها. غالبًا ما يخيب أملها أو تنزعج عندما لا يلاحظها الآخرون! إن الشخص المعجب بنفسه يحب أن يُنظر إليه ويتمتع برؤية الآخرين يكرمونه. فهو يجعل من الحياة مسرحًا بحيث يكون هو في مركز منصته، بطل المشاهد كلها، وترتدي ذاته أقنعة أدواره التي يؤديها. وفي فعل هذا، يقول الآباء، إنه يبتر

هدف الحياة: تحل ذاته محل الله. ولكنّ درعه هشٌّ جدًا. فكلما كان ماضيه مسكونًا بالإحباط وحاضره بعدم الأمان، كلما كان سريع التأثُّر والاهتياج، ودائم المراقبة للمدح أو الذمّ. والنتيجة الفورية هي فساد كل ما يخرج من خلال الكراهية، والغيرة، والعجرفة.

وفي مواجهة عدم الأمان الحاضر هذا، يملأ الشخص المعجب بنفسه مستقبله بالخيالات والتوهُّمات. هذه هي الناحية الثانية لشرِّه. فهو يرى نفسه وقد صار قديسًا عظيمًا يجتمع حوله الآخرون. وهناك يعود ثانية إلى الأداء المسرحي، فالحقيقة الواقعية الملوسة تخرج خارج زاوية الرؤية، الحاضر مملوء بالدخان، وهو لا يجسِّد نفسه. يدعوه القديس يوحنا كليماكس جبانًا، مَنْ فقدت حياته تدخُّل صاحبها وتورُّطه، وصارت مجرد لعبة. ويصبح من المستحيل أن نركز على ما هو "ضروري بفرداة"، فالصلاة تكون مُرائية ومنافقة دون اتّساق، والفضائل مزيفة. والمقياس الذي عليه يمكن أن يلعب الشخص المعجب بنفسه ليس له حدود: بدءًا من شعور "انظر إليّ" والذي يلازم باستمرار كل فعل، إلى الوحش الشيطاني الذي ندعوه الكبرياء.

إن العلاج العظيم للمجد الباطل أن نثبت نظرتنا على المسيح أكثر من أنفسنا: "فَأَحْيَا لاَ أَنَا بَلِ الْمَسِيحُ يَحْيَا فِيَّ" (غلا٢: ٢٠)، لا الأنا المتمركزة حول ذاتها بل الأنا المتمركزة حول المسيح. هذا هو الهدف من صلاة يسوع! ولكن ربما يكون الوضع أكثر إثمارًا أن ترك الإنسان نفسه أن يُنظر إليه بعين المسيح، بنظرة حبه اللانهائي الذي لن يتركنا. ومن هذا، يمكننا ببطء أن نتعلم أن كل شيء يحتوي هذه النظرة وهذا الحب، بما أن كل شيء بدون استثناء هو عطية من الله. لا شيء لنا، كل شيء في كل لحظة هو مُقدَّم لنا بواسطته: "وَأَيُّ شَيْءٍ لَكَ لَمْ تَأْخُذْهُ؟" (١كو٤: ٧). هذا الوعي الذي تجعله صلاة يسوع ممكنًا،

والذي يضع الاسم القدوس على كل ما يأتي بقربنا، يدعو إلى التسبيح والشكر، يحررنا من احتياج الخانق لأجل الامتلاك، وخاصة يحرر "الإنسان الداخلي". نشعر أننا معروفون لدى الله ونندهش لكوننا قد شبعنا لدرجة أننا لا نحتاج بعد إلى دعم خارجي.

(٨) الكبرياء

إذا كان المجد الباطل يشبه الظل الذي يتبعنا في كل مكان، الكبرياء هو اكتماله في الظلام. ما قيل عن المجد الباطل يسري أيضًا على الكبرياء، غير إنه لا يشبع من الخيالات بل يفعل على أرض الواقع، جاعلاً من الكذب حقيقته الأكثر صلابة. ويعرِّفه القديس يوحنا كليماكس بأنه خيانة لله وتدمير للشخص. عند آباء آخرين الكبرياء هو تجديف، هو خطية إبليس. وبحسب أوغريس، إنه يقع على هؤلاء الذين تقدّموا على طريق الرحلة الروحية، ويقودهم إلى أن يؤمنوا أنهم مسؤولون عن تقدُّمهم أو عن فضائلهم. يحيا الكبرياء كأن الله غير موجود. يحيا من ذاته، بدون الله، ويعتبر أنه المصدر الوحيد لوجوده ونشاطه. إنه يضع نفسه في مكان الله ويعطي نفسه صفاته! هذا ما فعله لوسيفر والذي يقترحه باستمرار على البشر من البدء. تتسم ظلمة الروح هذه بصفتين: إنها لم تتعرف على العجز الأساسي للبشرية بعد السقوط، ولا على أن الله هو خالق كل الموجودات، منبع كل صلاح. ويوضح مكسيموس المعترف، إنه بجرحه للمحبة، يصلب الشخصُ المتكبرُ المسيحَ من جديد. عائشًا خارج نفسه، ويضع أيضًا الله خارجًا وأي فرد آخر يهدّد ذاتيته: أن لا يكون معترَفًا به أو، أسوأ من ذلك، أن يكون منتقَدًا، فهذا يمكن أن يلقيه في الغضب أو المرارة. هذه هي

أفضل الاختبارات لتبرهن أنه "لَيْسَ لَهُ أَصْلٌ فِي ذَاتِهِ" (مت١٣: ٢١) وقد فقد الجوهر السلمي لوجوده.

إن الترياق الوحيد للكبرياء، الذي هو منبع كل شر، هو الاتضاع، منبع كل صلاح وأساس صلاة القلب. فلا يوجد مكان لله في القلب المسدود. ولهذا السبب، يصير هدف الناسك هو أن يكسر الكبرياء وأن يجعل من الاتضاع أساسه الجديد. ولكنّ الشخص المتضع ليس ضعيفًا أو ذليلاً، بل بالعكس، إنه يجد محوره في الله. وإذ قد تحرّر من نفسه ومن ثقل ذاته، يصبح في مكانه الصحيح، مصطفٌ مع كيانه. هذا الشخص صار "تواضعًا humility"، أي humus أو التربة الخصبة.

انظر إلى هذه الأرض: إنها تقدم نفسها إلى الفلّاح، وتصير مستقبِلة وخاضعة، تفتح ذاتها للبذرة كما إلى وعدٍ، تحملها في أعماقها كما في حَبَلٍ، وتسمح لهذه الحياة التي أودعت في داخلها أن تكمل نفسها إلى التمام بغزارة. إن الشخص المتضع هو هذه الأرض التي تستقبل اسم يسوع في خضوع واستسلام وثقة مطلقة؛ فهو يعطي نفسه بالتمام إلى هذا العمل الذي هو أعلى منه ولكنه، بالرغم من ذلك، لن يُنجَز بدون اشتراكه ومساعدته. هذا هو تحالف المحبة، اتحاد المشيئتين الإلهية والإنسانية معًا، حيث يكون مجرد وجود أصغر ذرّة من الحب الذاتي تمزقًا وخيانةً. إنه على هذا العائق الرئيسي يعمل النسك. لكن لكي لا يسقط في رغبة القوة والامتلاك المحتومة، والتي هي أكثر أنواع الكبرياء خُبثًا وشيطانية من أي شيء آخر، يجب أن يكون الاتضاع أساسًا له.

إن صلاة يسوع تلتمس الاتضاع مثل نعمة تتقبّلها، وتنقشه مباشرةً في هذا الشكل: "تراءف عليّ أنا الخاطئ!" فلا يوجد شيء آخر أكثر من هذا الحب

الراديكالي الجذري الذي، في دعاء يسوع، يُخلي نفسه من ذاته ويدخل إلى حيّز اجتياح السيد، "الَّذِي إِذْ كَانَ فِي صُورَةِ اللهِ، وَضَعَ نَفْسَهُ وَأَطَاعَ حَتَّى الْمَوْتَ مَوْتَ الصَّلِيبِ" (في٢: ٦، ٨). إن الله يعلن في يسوع أعماق المحبة، وفي تسميته لنفسه، يرينا ملامح تشابهنا الممكن له.

فإن الله وحده هو المتضع، و"نحن لا نستطيع وصف قوة وجوهر هذه الشمس التي هي الاتضاع" (القديس يوحنا كليماكس)، إلا باستقبال إشعاعها. عندما ينزل الله إلى قلب الإنسان من خلال الصلاة، فهو يعلن بشكل سري ما في داخل قلبه (الله). وفي هذه العلاقة الحميمية المدهشة بين الله والإنسان، نستطيع تخمين شيء ما من العلاقة الحميمية في قلب الثلاثة أقانيم الإلهية، حيث يعطي الواحد منهم ذاته بالتمام للآخر. إن كل واحدٍ من الأقانيم الثلاثة يكون نفسه فقط عندما يعطي نفسه باستمرار للأقنومين الآخرين. فكل أقنوم يكون ذاته فقط بالخروج عن ذاته، في إنكار كامل للذات الذي هو في نفس الوقت تحرُّكًا نحو الآخر. هذه النشوة نحو الـ"أنت" هي حبُ نقي وغير محدود يخلو من ظلال الانطواء ثانيةً على الذات. عندما ينزل الله نحونا، فإنه في نفس هذه الحركة من الإعطاء غير المحدود للنفس، "الطاعة حتى الموت على الصليب"، لا يتوقف يسوع المسيح عن النزول إلى أعماق حالتنا الإنسانية، في غلاظة جسدنا، في معاناتنا وموتنا، في جحيمنا، في خبزنا اليومي وأخيرًا في قلبنا، مريدًا، في مواجهة ودية وجهًا لوجه، أن يقول ما يقال من الأبدية في داخل الله: "أنت!" ومن ثمّ، يمحو ذاته كليًا بواسطة الامتزاج بدمنا، وجسدنا، ونَفَسنا.

إنه دائمًا في عملية "الاجتياح" هذه، يكون الله هو الله؛ أي يعلن وجوده، ويعلن اسمه: "لِذَلِكَ رَفَّعَهُ اللهُ أَيْضًا، وَأَعْطَاهُ اسْمًا فَوْقَ كُلِّ اسْمٍ" (في٢: ٩). هذا الموقف يضع الخضوع على أصل الوجود الحقيقي. إنه فقط في الدخول إلى هذا

السلوك حيث نكتشف وجودنا، ونكتشف الاسم القدوس الذي يقبع هناك كقمة بركان متوهج. فإن الحب تبادلي، اجتياح من أجل الآخر. سينفتح قلبنا فقط من خلال رحيل صغر النفس وكل الشياطين التي أنتجها. في إخلاء النفس هذا، يُزال البرقع عن هويتنا في الطريق إلى التشبُّه بإلهها الذي مجده صار مُعلَنًا على الصليب -حب مقدَّم إلى النهاية. وهناك، عند ملتقى نزول الواحد نحو الآخر، نجد اللقاء الذي تدعو إليه صلاة يسوع وتتعرف عليه في لحظة تحقُّقه: "عندما يرى الله هذا، في نقاوة القلب، إنك تثق فيه أكثر من نفسك، فعندئذ قوة غير معروفة ستأتي إليك وتجعل مسكنها هناك. وستشعر في كل حواسك بقوة الواحد الذي هو معك" (القديس إسحق السرياني). الاتضاع هو الله نفسه.

هذه هي الخلفية التي على أساسها نستطيع فهم النسك الرهيب للقديسين في أغلب الأوقات واستيعاب رسالتهم التي غالبًا ما تكون صعبة جدًا؛ هذه هي ببساطة محاكاة المسيح الذي أعطى ذاته لهم. ولهذا، فإن الجملة التي تُسمَع من معظم أساتذة الرهبنة العظام هي: "إن بداية الخلاص هي إدانة الذات". فكلما عظمت التوبة، كلما قصر الطريق، ويكرّر هذا كل المعلمين الروحيين بلا انقطاع خلال عشرين قرنًا من التاريخ. فأبّا بيمن Abba Poemen يلخص تعاليم تقليد القدماء في هذه العبارة: "إن النوح هو الطريق التقليدي الذي يعلمه إيانا الكتاب المقدس والآباء، الذين قالوا لنا: نوحوا، لأنه ليس هناك طريق آخر غير هذا الطريق".

أي شيء آخر يمكن أن نفعله أمام اتضاع المسيح الغامر وأمام سلوكنا المتكبّر، وعدم اكتراثنا، ولامبالاتنا، وجُبننا؟ غارقين في المرارة واليأس، ممزقين كثيرًا بالكراهية والخراب، واقفين أمام المحبة والتي، مع ذلك، تفتح ذراعيها

على الصليب، يجب أن نترك دموعنا تفيض. فالقلب مجروح، ومن خلال هذا الجرح يمكن للعقل أن ينزل ويحرر القوة الإلهية للصلاة التي من ثم تقود إلى تقدُّم أعظم. إن الدموع هي علامة على أن النعمة قد اخترقتنا وقلبنا قد تحطم؛ والعاطفة أُستَولى عليها، وهكذا يصير التحوُّل ممكنًا. فالقلب لا يكون حجرًا بعد الآن وينفتح إلى حياة جديدة تحت تأثير الدموع التي هي ينبوع معمودية. وطوال حياتنا، تصبح هذه المعمودية أكثر داخلية إلى اليوم الذي فيه تُحطِّم التوبة أبواب أعماقنا: "ترأف عليّ أنا الخاطئ!" تنبع الدموع من الآن فصاعدًا، ويصير القلب رَحِمًا حيث هذه المياه تطهره وتجدده، جاعلة منه موضعًا للولادة الجديدة في المسيح.

هذا الاتضاع، هو نزول إلى أعماق معموديتنا الداخلية، فهو يعدّنا أولاً إلى آلام المسيح المبرحة وإلى موته. معه، نعيش موتنا الخاص؛ مثله، نخلي أنفسنا طوعًا له، وهذا الفعل يستجلب سلوكًا مرتبطًا إلى حد كبير بصلاة يسوع، وهو الذكر الدائم للموت. "اجعل ذكر الموت حاضرًا عندما تذهب لتنام وعندما تستيقظ، مع الابتهال باسم يسوع دائمًا" (القديس يوحنا كليماكس). من الواضح إنه لا يوجد شيء آخر أكثر راديكالية ضد الآلام، مما يفسّر إجماع الآباء حول هذا العلاج الأسمى. أن يعيش المرء الموت هنا والآن، ويقبله حقًا ويختاره بقول "نَعَم" التي تصير أكثر وأكثر حقيقة، هو أن ينزع عن الموت وخزته؛ لأن المسيح، الذي لن نتوقف عن النطق باسمه، يمكنه عندئذ أن ينزل إلى هذا الانفتاح الذي نقدمه له، وبموته يغلب موتنا.

إن الشخص الذي لا يعيش كل يوم مع موته لا يحيا على الإطلاق، ولا يعرف كمال الحياة! فإنه هناك، مع الموت، نختبر كيف أن الاتضاع هو أساس الحياة. يقول هيزيخيوس Hesychius: "إن الذكر الدائم للموت يقرّر إبعاد كل قلق

زائف، ومراقبة الروح والصلاة الدائمة، وعدم الانحياز للجسد، وكره الخطية. كل الفضائل تولد من هذا التذكر. ليتنا نمارس هذا التذكر بنفس الطريقة التي نتنفس بها". ويضيف إسحق السرياني أن محبة الله تقود النفس للحياة وتملأ القلب، وتحضرنا نحو "التأمل العميق الذي لا يمكن أن يعبَّر عنه". إن مشهد قمة الحياة هذا لهو صرخة بعيدة من الفراغ المرعب الذي ينتظر كل الناس في نهاية أيامهم كنكبة أخيرة ومميتة. لقد حوَّل المسيح الموت إلى محرض الحياة العظيم؛ وصلاة يسوع تدفع بنا إلى السر الفصحي لربنا حيث نصير مشاركين في نصرته.

إن أحد أعظم الأذرع الرافعة لمشاركتنا تظهر عندما تكون صلاتنا مقترنة بشعور أننا لاشيء. إذا تدرّبنا على هذا السلوك إلى أن "نشعر بعَدَمْنا من عمق القلب، عندئذ سيكون الله هناك دائمًا، الذي يخلق وقد خلق كل الأشياء من عدم" (ثيؤفان الحبيس). إن عظمة معاناتنا ستتوافق مع حجم شهواتنا، ويمكن أن يكون الألم شديدًا ويجعلنا نتذوق هجر الجلجثة، ولكنه يُعاش في يقينية مطمئنة تستطيع أن تحس وتذيع القيامة. يقول أوريجانوس: "يا لسعادتنا إن اعترفنا ببؤسنا، فأن الله يمنحني محرِّرًا". وهذه هي أيضًا كلمة القديس بولس: "حِينَمَا أَنَا ضَعِيفٌ فَحِينَئِذٍ أَنَا قَوِيٌّ" (٢كو١٢: ١٠)، وتقول القديسة تريزا الطفل يسوع: "إن سري هو أن أبقى دائمًا صغيرة... كم أنا سعيدة بما أني لم أعد أسعى إلى إرضاء نفسي!" إنه فرح مدهش أن تكون لا شيء، حرية غير متوقعة تلك التي نجد فيها أنفسنا ملقين، كأنما كُسِرَت سلسلة جحيمنا ورُفِع حجر قبر قلبنا!

أن تعيش مع الموت هو أن تعيش كشخص قائم. فيجب أن نبتهج لكوننا لا شيء! ومن ثم تعمل قوة الرب القائم داخلنا. وفي الطريق، بعد معمودية الدموع،

تشرق ابتسامة الحياة الجديد: "الذي هو في الطريق مع الدموع الداخلية التي بحسب الله لن ينقطع عن الاحتفال... ويعرف ابتسامة النفس الروحية" (القديس يوحنا كليماكس).

هذا الفرح هو ما يميّز الشخص الذي وصل إلى الجانب الآخر، فالفرح غير متصل بأي ظروف خارجية، دائمًا موجود لأنه حضور قوي للروح القدس. هذا الفرح أساسي حقًا للصلاة لأن "صلاة الإنسان الحزين ليس لها من القوة لتصعد إلى مذبح الله" (هرماس Hermas). ولهذا، فإنه من الأهمية القصوى أن نضع دائمًا أنفسنا في هذه النغمة الصحيحة للفرح أن نتناغم بانسجام مع حضور الروح الذي هو الفرح بداخلنا. يتجاهل العديد من المسيحيين حقيقة أن الفرح وصية تمتد طوال العهد الجديد وهي فحواه: "اِفْرَحُوا فِي الرَّبِّ كُلَّ حِينٍ وَأَقُولُ أَيْضًا افْرَحُوا" (في٤: ٤).

أين يمكن أن نحسن التدرُّب على الطاعة والتنازل عن مشيئتنا الذاتية؟ بالتأكيد يصل النسك هنا إلى أقصى غايته، عندما يصبح حقًا سر القيامة "أداة" للحياة هنا والآن. فلا توجد مضايقة واحدة في حياتنا اليومية لا يمكن أن تتحول بتلك الأداة. أن نكون شاكرين "في كل زمان ومكان"، بغض النظر عما يحدث، لأن الله يعمل – أي موت عن النفس هذا، بل أية حياة هذه! إن صلاة يسوع تسمح لنا أن نضع الاسم القدوس على كل حدث في كل لحظة، وأن نفك شفرة المعنى الحقيقي للتاريخ. عندما تتحول الصعوبات بهذه الطريقة، بعرق جبيننا، لن يكون هناك أعداء بعد الآن! محبة أعدائنا هي الاتضاع الأعظم ومعيار كل تقدم. "أشارك مع المسيح كل شيء، كلا من الروح والجسد، المسامير والقيامة" (القديس غريغوريوس النزينزي St. Gregory of Nazianzus). بالفعل، إن ما تتوسله الصلاة قبل كل شيء هو حفظ الوصايا

التي ليست هي شيء أكثر من وصف المسيح وجماله، ذاك الذي نترك له أنفسنا ببطء لنؤتمن عليه من خلال هذا الصلاة الدائمة.

(٩) السهر

إن الانعزال الخارجي والصمت يمكن أن يكونا، وقد كانا، ظروفًا مفيدة للهدوئي، ولكنهما يمكن أن يكونا أيضًا، لهؤلاء الذي بلا مرشد، طرقًا لضلال العقل، ولثرثرة داخلية بلا نهاية، والتي تُغِير فيها آلاف الشياطين على المشاعر والأفكار، فإنه مكتوب "حَيْثُ يَكُونُ كَنْزُكُمْ هُنَاكَ يَكُونُ قَلْبُكُمْ أَيْضًا" وطالما أن القلب ليس عرشًا لله، فهو تحت رحمة القوى الجهنمية، ويسمح بانفلات الأفكار، والصور، والمشاعر حيث تكون خارج السيطرة. ولكي يتحرر المرء من كل الأفكار والمقلقات، يستلزم الأمر معركة داخلية مستمرة، "الحرب غير المرئية"، والتي سلاحها هو السهر *nepsis*، وهي حالة من التحفُّظ، ومن اليقظة الشديدة أو الانتباه.

كل هذه المصطلحات غير منفصلة وشبه مترادفة بين الآباء. إنّ تقييد الأفكار والمقلقات فقط يجعل الاتحاد بالله والمعرفة التأملية ممكنًا، لأنه يحررنا من متاعبنا وشهواتنا، ويعطينا، بمعونة النعمة، قلبًا نقيًا. وحتى هيزيخيوس السينائي يُعَرِّف هوية السهر *nepsis* بالقلب النقي ويجعله نقطة حيوية لكل تعاليمه، فهو الطريق الذي "يحصِّل كل خيرات القرن الآتية وكمال الفضائل التي تقود إلى الصلاة الحقيقية".

لقد علَّم القديس بطرس، وتُذكِّرنا الكنيسة بهذا كل يوم: "اُصْحُوا وَاسْهَرُوا لأَنَّ إِبْلِيسَ خَصْمَكُمْ كَأَسَدٍ زَائِرٍ، يَجُولُ مُلْتَمِسًا مَنْ يَبْتَلِعُهُ هُوَ" (١بط٥: ٨).

كخبراء حاذقين في النفس البشرية والتحليل النفسي، يميّز الآباء مراحل التجارب الشيطانية:

- إنها تبدأ ببراءة **باقتراح** بسيط، بعض الكلمات أو الصور بدون خطية.

- فإذا **تبادلت النفس الحوار** معه، عندئذ يأتي القبول الذي، في ذلك الحين، يعتبر الشخص مذنبًا، والذي يمكن أن ينزلق إلى الشهوة عندما "تقطن هذه الشاغلة لفترة طويلة في النفس وتعتاد عليها" (القديس يوحنا كليماكس).

- أخيرًا تأتي **العبودية**، حيث ينجرف القلب إلزاميًا، ويصبح ذاك الموضوع "كنزه".

إنه في هذا السياق نجد السهر nepsis، كحارس في نقطة مراقبة، يقظًا لأي مفاجأة غير ملحوظة من الخصم، مُصَفِّيًا كل فكر، يقدّم نفسه ويسحقه قبل أن يبدأ في النمو وينال قوة. أن ندخل في حوار مع التجربة هو أن نخسر المعركة. هذا هو ثمن يقظة القلب، ويطلب تقليد الآباء بإجماع أن ندفعه. فالقديس باسيليوس يقول أنه يجب أن "نسهر على أنفسنا وننتبه دائمًا ونكون في حالة يقظة".

في الغرب، قال القديس غريغوريوس الكبير بشأن القديس بندكت: "أستطيع أن أقول عن هذا الرجل الحقيقي أنه عاش مع نفسه إذ كان منتبهًا دائمًا أن يسهر على نفسه، ممسكًا نفسه باستمرار في حضور خالقه، ممتحنًا نفسه بلا انقطاع، ولم يدع سهره على نفسه يتشتت أبدًا". ويضيف القديس غريغوريوس: "في كل وقت يسحبنا انشغال خَطِر بعيدًا عن أنفسنا، نبقى أنفسنا إلا إننا لا نكون مع أنفسنا: نفقد انتباهنا لأنفسنا ونتشتت بأمور خارجية".

"أن يدخل المرء إلى نفسه" كما فعل الابن المسرف بعدما عاش خارجًا في رفقة الخنازير (لو ١٥)، هو أن نصون أنفسنا بوعي شديد، يختلف جذريًا عن الشكل الاعتيادي للإهمال، والذي فيه نترك أنفسنا باستمرار تتنحى جانبًا. يجب أن نصبح واعين بحذر في كل لحظة. فأبّا إشعياء يوضح: "لا تفعل أي شيء ولا تقول شيء بدون أن تمتحنه وتمعن النظر بانتباه فيما يحرّكك؛ وافعل كل هذا في حضرة الله". إن كلا من عظمتنا وتدهورنا هما على كفة الميزان في لحظة الحرية هذه بين الاقتراح والقبول. هذا هو مفترق الطرق الحرج الذي منه تنشأ كل قداسة وكل انفصال. وباعتبار ضعفنا وهشاشتنا ومكر الشيطان الذي يستطيع أن يكتسي بالنور لكي يكذب علينا، من الأفضل أن نقطع باختصار كل اقتراح. وفي فعل هذا، نستأصل الخطية من منبعها ومن عمق أساسها. وبالرغم من ذلك يجب أن نكون في مراقبة، فالخطية هي مجرد مظهر سلبي لمعركة الانتباه التي هدفها هو "تحقيق الصلاة". الصلاة الدائمة هي الوسيلة العظيمة لإيقاظ انتباهنا وتعزيزه.

الانتباه، اليقظة، الوعي بالنفس، أو الحضور إلى النفس، وإلى الله، كلها مترادفات. وهي الجوهر العميق للحياة الروحية، والطريق، الذي هو بحسب القدماء "يقود إلى كل الفضائل وإلى كل وصايا الله في العهدين القديم والجديد. إن السهر يحرّرنا بالكامل من الأفكار والكلمات المؤلمة ومن الأفعال السيئة، إذا حافظنا عليه. إنه يعطي معرفة حقيقية لله ويفتح الأسرار الإلهية والخفية. هذه هي نقاوة القلب الحقيقية التي تعطينا حرية الوصول إلى التأمل" (هيزيخيوس Hesychius of Bates).

إن اليقظة تُشتَرى تدريجيًا بثمن عظيم من خلال الصلاة والنسك. أينما كنا، ومهما كان ما نفعله وبدون ضرورة التوقف عن عملنا، يجب أن ندرك

أنفسنا وأن ندرك الله. هذا يتطلب الاسترخاء، خاصة في الرقبة والأكتاف، في الصدر والمعدة، وفي الدخول بالجسد كله إلى شكل من الثقة والخضوع لما هو هنا والآن؛ يصبح تنفُّسنا أعمق في الحجاب الحاجز، مركز ثقل كياننا في الوسط وليس في الرأس. ومن ثم يمكن لصلاة يسوع أن تقال أحيانًا بكل الحق، ناقشة نفسها في كياننا وفي الموقف الذي يشغل انتباهنا.

في البداية، يتطلب هذا بعض الجهد، ولكن بعد حينٍ يصير تلقائيًا، كطبيعة ثانية. وفي نهاية عدة أسابيع، سيظهر ثمر هذه الممارسة نفسه بطريقة مفاجئة. لأن جرس الدير، الذي يرن كل ساعة كـ "مذكِّر" للراهب، يمكن أن يستبدل بـ "دقات" ساعة اليد على معصم الشخص العلماني، لـ "يذكره" كل ساعة في قلايته الداخلية! هذه هي فتحات حقيقية من النور في عالم الظلمة، وواحة في الصحراء. وقليلاً قليلاً، يمكن ليومنا كله أن يسطع بهذا الخضور الجديد، كأن الساعات تقترب من بعضها. إن أسبابنا للحياة تطوَّر من نفسها وتحت ثقل الروتين اليومي يُعلَن فرح شديد. وتصبح المظاهر شفافة.

يوما ما، لن تتركنا صلاة يسوع إذا حوربت هذه المعركة بشجاعة ومثابرة. بل ستكون كرفيق لنا، غير منفصلة عنا كنَفَسنا، وكل شيء سيكون مترابطًا: الداخلي والخارجي، المرئي وغير المرئي. وكمثل دخول وخروج النَفَس الذي يحملها، يكون الاسم القدوس موضوعًا على كل ما يحيط به "نفخ في كل شيء النسمة الإلهية" (تك٢: ٧) ويمكننا أن نعيش بكل الحق، مختبرين اللامحدود في الأشياء المحدودة، والأبدية في الوقت الذي يمر. وبدلاً من الحياة على السطح، "نلقي شباكنا إلى العمق" (لو٥: ٤) كما يدعونا المسيح أن نعمل.

هذه "المذكِّرات" تخلق في الشخص الذي يمارسها مناخًا مختلفًا بالكامل، بفضل الطاقات التي تعمل فينا والتي تجددنا. من خلال اليقظة في حالتها

النقية، لا يعد "القلب النقي" بعد الآن يحوي أفكارًا، أو صورًا، أو مشاعر، ولكن كيانًا فقط. أن يكون ببساطة واعيًا بالذي **هو كائن**، بدون حُكْم أو رد فعل لكي ننسجم مع الواحد الذي **هو كائن** والذي يعلن لنا اسمه كما فعل مع موسى عند العليقة المشتعلة: "أنا الواحد الذي **هو**". هذا هو عمق كل ما هو موجود وكل ما نلتقيه، طالما لا نُقحم شاشة ذهنية بيننا وبين والاختبار. إن صلاة يسوع تحررنا من كل اقتراح آخر من العقل و"تذكرنا" بالدليل بما قاله المسيح: "إِنَّكُمْ لأَنَّكُمْ إِنْ لَمْ تُؤْمِنُوا أَنِّي أَنَا هُوَ تَمُوتُونَ فِي خَطَايَاكُمْ" (يو٨: ٢٤).

ولهذا، فإن الاسم والطريق هما واحد ونفس الشيء! "الإيمان بأنا هو" هو أن تلتصق بالذي هو هنا والآن؛ وعكس ذلك هو انفصال، الذي هو الخطية، وبالتالي الموت. إن بوذا أيضًا أعلن ذلك عندما قال: "اليقظة هي طريق الخلود؛ والغفلة طريق الموت". وقال باتانغالي Patanjali (أب اليوجا، القرن الرابع قبل الميلاد): "الممارسة هي قوة كثافة اليقظة الشديدة الدائمة". إنه من الشيق أن نعرف أن كل التقليدات الدينية تُجمِع على هذا التعليم، وتوافق على أنه لا شيء سيحدث تقريبًا طالما لا نأخذ اليقظة كالوسيلة العظمى للنسك.

إن مغامرة الرسل على بحر الجليل تعلن هذا بوضوح (مت١٤: ٢٢): أن نحيا بدون المسيح أو نأخذه كـ"شبح" هو أن نكون في ليلٍ وفي عاصفة، "مضطربين في خوف"، متحيرين. ولكن النظرة المثَبَّتة عليه تسمح لنا أن نسود على حياتنا اليومية. وكل افتقار للسهر يلتهمنا في مياه الأحداث، والصلاة فقط تسمح لنا أن نمسك من جديد بيد يسوع الممدودة.

هذا هو الهدف: أن نعيش بنظراتنا المثَبَّتة على المسيح. لكي نكون غير مرتبكين (مسحوبين خارج أنفسنا) بحياتنا اليومية، يجب أن نتكئ عليه،

مثلما فعل القديس بطرس على المياه؛ هذا هو، العيش كل لحظة بوعي والالتصاق به، محمولين بمناداة المسيح: "ياربي يسوع المسيح، ابن الله، ارحمني، أنا الخاطئ". فالوعي بالنفس وبما يحيط بنا يصيران هكذا واحدًا. لن يوجد هناك خارجًا بعد، بل نتعود على "النظر للخارج كنظرنا للداخل". كل شيء فينا هو استقبال، دون تشييء أوتجسيد ما حولنا، وغياب الرغبة، ونقاوة ورؤية بسيطة، وعدم إدانة، وشركة.

إن سلوك السهر هذا غريب بالكامل عن الأنا (الذات) التي تختفي أمامه. إن الأنا دائمًا نشطة على السطح بينما السهر ليس عبارة عن فعلٍ، بل هو لقاء في العمق، في صمت الكيان الذي نستقبل منه كل شيء والذي يقودنا في كل خطوة. وعندئذ نحيا في حرية مطلقة من النتائج، ورغم ذلك في إثمار غير عادي. نصبح مسكونين بوعي المسيح العميق. أن نكون واعيين به في كل مستويات كياننا، ومملوكين به، هو أن نملكه في أنفسنا وفي كل الأشياء، وأن نتذوق حضوره في كل الاختبارات سواء السلبية أو الفعالة، هذا هو تتويج الوعي الشخصي وقمة كل فرح.

لكنه أيضًا قمة النسك أن نريد أن نكون مكرسين بالكامل وحصريًا لهذا الوعي الجديد. يجب أن تزال كل عقبة، حتى التي تبدو حسنة. أن نكون على الطريق بمشيئة منقسمة، وإن كانت كسرة صغيرة لطاقتنا مع القليل من التردد الذهني، يقود إلى لا مكان! يجب أن نترك كل عاداتنا، وطريقتنا في الوجود، ونقدم إلى أنفسنا -خلال فعل قاطع يهز طبيعتنا بالكامل- قوة فكرية جديدة، وهي تكريس طاقاتنا ليسوع المسيح تمامًا حيث نحيا منه ويصبح الرغبة الوحيدة لقلوبنا، والنشاط الوحيد لإرادتنا في كل ما نعيشه ونعمله. ومنذ ذلك الحين، تدخل كل الرغبات والاحتياجات الأخرى إلى عملية الاهتداء والتركيز في شهوة

فريدة وهي التوق للمسيح. هذا ليس تركيزًا عقليًا، ولكنّه وعي جسدي، ونفسي، وروحي، فيه كل شيء محسوس، ومرئي، ومرغوب في الرب. يجب أن نجعل من كل تفصيل، ومن كل شكل للحياة، ومن كل واقعة وحركة تغذية مملوءة بالاسم القدوس لكي نغذي النار الإلهية التي تسكن فينا. وطالما مازلنا نحيا ونعمل لأجل الدوافع الأنانية، فإننا نبقى عبيدًا لوعي متدني قليل القيمة: فلا نعمل لأجل الله ولكن لأجل إرضاءنا الشخصي وموافقة أهوائنا.

الله لن يظهر نفسه طالما نحن في بحث عن أنفسنا. إن طريقة وجودنا بالكامل، وكل أفعالنا، حتى التافهة منها، يمكن ويجب أن تكون مُعاشة كأفعال مقدسة في وعي مقدَّم لله. يجب أن يكون كل شيء موجهًا نحوه؛ ولا يجب أن يكون هناك شيء نعهد به لأنفسنا أو لفوائد أخرى. وعندئذ فقط ستنهار كل دواعم الذات، حضورها ونفوذها، وملاذها الأخير، وستصير كل الحياة عشقًا واحدًا.

وراء كل شيء، يوجد الحضور: يجب أن نشعر به في كل حين وفي كل مكان، متيقظين دائمًا إلى قربه الدائم والحميمي والمحوط بنا والغامر، مدركين له بكثافة ومنسجمين في شركته في كل لحظة.

إن تحويل كل عواطفنا نحو حضور المسيح هذا هو أكثر طريقة مكثفة لتطهير القلب. عاجلاً أم آجلاً "نقيّ القلب سيرى الله"، وسيشعر به، ويلمسه، ويسمعه، ويشم رائحته. كل الحواس، وكل الأعضاء، وكل الوظائف الحيوية ستكون مُستثمَرة بقوة النور الإلهي، هذا الذي يتحرك، ويشعر، ويفكر فينا (أع١٤: ٨). سنكون مغمورين بالله. ويمكن أن نكون وسنكون يوما ما كما كان القديس سيرافيم ساروفسكي، شمسًا حقيقية للنور. وبطريقة ما، نكون

فعلاً عند بداية الرحلة، في أكثر اتصال متضع مع نفس هذا النور الذي هو أيضًا داخلنا، نفس النور الذي يسكن أعظم القديسين.

في البداية، نلاحظه كموجة صغيرة من الصمت في خلفية كياننا؛ ونكتشف أخيرًا أنه دائمًا هناك مثل عمقٍ ما وراء وعينا، ويمكننا أن نرتاح فيه عند الرغبة حتى في وسط الزوبعة اليومية. ولكن تدريجيًا يصبح أكثر فأكثر وضوحًا، مثل محيط ضخم هادئ يتموج في أعماقنا، حضور حقيقي ترتبط صلاة يسوع به، وتكون في حوار معه، وتسحب المياه الحية كما من بئر.

وبينما نتحرك للأمام، تستوطن الصلاة كياننا بشكل أكثر ثباتًا، ويصبح العقل ساكنًا، ونكتشف أننا لن نحتاج أن نفكر لكي نفعل أو نتحدث أو نعمل شيئًا ما. ومع عادة استشارة هذا الحضور الذي بداخلنا بشكل ثابت، فإن كل شيء يُعطى لنا في نفس اللحظة التي نتمناه فيها، بدون تفكير، وتخرج الكلمة الصحيحة ويأتي كل شيء بلا استثناء بدون جهد خلال هدوء الفكر والإرادة. والاستقرار التام في الواحد الذي يمكن أن يعمل أي شيء. هذه طريقة أخرى للحياة، طريقة الإنجيل. هنا يصبح الفعل تأملاً. سواء كنا نأكل، أو نعمل، أو نتمشى، فإننا نبقى متصلين ونترك نفس القوة تتخلل كل شيء. هذه القوة هي الوعي، مصدر الحياة. لا شيء يزعجه، لا أفكار، ولا صور أو أحداث، وحتى العنيف منها، لا يمكن أن يؤثر على هذا السلام الداخلي.

إن بشريتنا هي مفترق الطرق بين المحدود وغير المحدود، والصلاة الدائمة تنهض وتزود وعينا لهذه الحقيقة. فوراء صلاة يسوع يوجد حضوره، يوجد وعيه وما وعينا إلا انعكاس لوعيه هو كما يعكس القمر نور الشمس. ولكي يكون هناك "بدرًا"، يجب أن يعرّض القمر نفسه بالكامل للشمس؛ هذا هو أن يصير

وعينا في تبادلية مع الوعي الإلهي. في النسك، ليست المسألة في "الجهاد ضد"، ولكن في تحويل كل شيء بينما لا نفقد الاتصال مع الشمس الإلهية.

قال ثيؤفان الحبيس: "هذا الوعي هو الرافعة الأقوى التي توجد في آلية الحياة الروحية".

الفصل السادس

معنى الصلاة

ياربي يسوع المسيح، ابن الله، ارحمني، أنا الخاطئ

لماذا هذه الصلاة وليست غيرها؟ لماذا هذه الكلمات وليست غيرها؟ لأن هذه هي اللغة الحقيقية، اللغة الكاملة، "المملوءة من النعمة والحق"، مكمّلات فعل وفاعل الموضوع الإلهي، كما تسلّمناها من خلال التقليد بواسطة كنيستنا الأم، لكي نعيش كتلاميذ حقيقيين.

ومثلما تفعل كل أم لأجل طفلها، تهجّت الكنيسة الكلمات أثناء القرون الأولى حتى دخلنا إلى اتساع اللغة. لقد كان تلعثُمًا واهنًا في البداية، ولكنه وصل إلى الحكمة في النهاية. لن نستطيع أن نتحدث بعد كالجاهل: "لَمَّا كُنْتُ طِفْلاً كَطِفْلٍ كُنْتُ أَتَكَلَّمُ؛ وَلَكِنْ لَمَّا صِرْتُ رَجُلاً أَبْطَلْتُ مَا لِلطِّفْلِ" (١كو١٣: ١١). وحتى عندما استطاع الطفل أن يقول كلمة واحدة فقط، "الخبز"، على سبيل المثال، فهو يريد أن يعبِّر عن: "أريد قطعة من الخبز". وهكذا في الأيام الأولى للكنيسة، عندما نُطِقَت صلاة واحدة فقط، مثل اسم "يسوع" وحده، أو "يارب خلصني" والعديد من الصيغ القصيرة الأخرى، فهي كانت مأهولة بالفعل بواسطة العبارة الكاملة وامتلاء الإيمان الذي تعترف به: "ياربي يسوع المسيح، ابن الله، ارحمني، أنا الخاطئ". إن العقل والقلب قد غُذِّيا بالاعتراف الصحيح، وأعطت أجيال بأكملها حياتها لأجله في أيام الإيمان المبكرة.

اليوم، كل شيء معقّد. وأبدت ميرسيا إيلياد Mircea Eliade ملاحظتها أن ألفيّ عام من التاريخ كافية لجعل أي ديانة حفريات. في الشيخوخة، نواجه مخاطرة التراجع إلى الطفولة، ولكن بدون نعمتها. فقد فقدنا عذوبة وجدّة أعمال الرسل التي لا تصدق، حيث مازال يمكننا أن نرى النغمة الحقيقية للمسيحين. فالرابط المغذي بتأسيس القرون والتقليد العظيم مكسور. مثل الأمم القديمة المتحيرة والفاقدة للذاكرة، نحن "مُضْطَرِبِينَ وَمَحْمُولِينَ بِكُلِّ رِيحِ تَعْلِيمٍ، بِحِيلَةِ النَّاسِ" (أف٤: ١٤)؛ "لأَنَّهُ سَيَكُونُ وَقْتٌ لاَ يَحْتَمِلُونَ فِيهِ التَّعْلِيمَ الصَّحِيحَ، بَلْ حَسَبَ شَهَوَاتِهِمُ الْخَاصَّةِ يَجْمَعُونَ لَهُمْ مُعَلِّمِينَ مُسْتَحِكَّةً مَسَامِعُهُمْ، فَيَصْرِفُونَ مَسَامِعَهُمْ عَنِ الْحَقِّ، وَيَنْحَرِفُونَ إِلَى الْخُرَافَاتِ" (٢تي٤: ٣-٤). لم يكن ممكنًا أن يعطي القديس بولس تشخيصًا أفضل للمسيحية في حال انحلالها ولا لأناسها المعاصرين، الذين صاروا "غرباء عن أنفسهم"، متروكين للهذيان الشاذ لعالمنا الصناعي.

أين توجد الكلمة التي تهب بناءً للمسيحي الراشد؟، وأين الروح الذي يقدمنا إلى الاختبار التحوُّلي؟ يقترح البعض أن الشخص الذي يكرر "يسوع"، "يسوع"، في بعض من الذاتية العاطفية يخاطر بسقوط مرعب. ولكن دعنا لا نلقي بسرعة جدًا الطريقة المتّبعة من قِبَل عمالقة سيناء الروحيين. عندما يكون لدينا سنوات من النسك والصلاة خلفنا، وسنوات من التسليم المتّضع للتقليد، فمن الممكن للروح "الذي يملأ كل شيء" أن يعطينا بالفعل أن نكرّر كلمة وحيدة. ومن ثم سيئنّ داخلنا قيام السر الإلهي في امتلائه وحقيقته، وليس إله تخيلاتنا المصمَّم بحسب تصوُّراتنا غير الحقيقية.

لأجل هؤلاء الذين يتمنون بجدية أن يحترفوا الطريق، يوضح أنتوني بلوم Anthony Bloom أن "ثروة صلاة يسوع الروحية والعقيدية غير محدودة؛ فهي

ليست ملخصًا فقط، ولكنها كل الإيمان الذي يحل لغزه المسيح". ها هما الكلمة والروح يجعلان أعماقنا تنفتح إلى أعماق الله (أف٣: ١٤-١٩). إن صلاة يسوع في تعبيرها الكامل، تضع الشخص بالكامل في دائرة العمل، جسدًا-نفسًا-روحًا، معلنة له الله الكامل ثلاث مرات مباركة، الآب-الابن-الروح. هذا هو التعاون الذي فيه "يصبح الله إنسانًا ولذلك قد يصبح الإنسان إلهًا" (القديس أثناسيوس). إن صلاة يسوع تكشف لنا قصْد الله للبشرية، وفي نفس الوقت تجعلنا نختبر الواحد الذي فيه أُدرِك هذا القصْد أولاً: يسوع المسيح.

من خلال حياة يسوع في التاريخ وفينا، يكشف يسوع لكل شخص طرق الله. فكل كلمة من كلمات الصلاة "ممتلئة" في ذاتها، لا بديل لها، مقدمة شيئًا من سماويته ومن قوته الخفية، قد عاشت جزئيًا بالتقليد وتكشف ذاتها أكثر فأكثر أثناء تقدُّمنا في الطريق. هذا هو معنى المستقبَل السري المحتوَى في إعلان الاسم القدوس لموسى، الذي يمكننا ترجمته بهذه الطريقة: "ستعرف أني أنا هو عندما تختبر ما سأفعله لأجلك" (خر٣: ١٢، مُعَرَّفة في ٣٣: ١٦). إن استعلان الاسم يجعل نفسه معتمدًا على انتباهنا للوقت الحاضر: إنه في قلب الوقت الحاضر حيث تُعلَن الهدية المطلقة "أنا هو" التي منها تكون الصلاة تكشُّفًا بلا نهاية.

ولكن لكي نغذيها ونسمح لها أن تصير سرًا مقدسًا حقيقيًا، إنه من الضروري أن نأخذ وقتنا وأن نضع أنفسنا أمام كل كلمة منفصلة لأوقات طويلة. إن كل القدماء الذين التقيناهم يصرّون على أهمية هذا الجهد. لا يمكن أن يقول أحد، إلا إن كان من خلال خبرة شخصية، ماذا يريد الروح أن يعلمنا (يو١٤: ٢٦ و ١٦: ١٣). من لم يدع نفسه ليُحرَث، ويُبذَر من ثلاث إلى ست ساعات يوميًا، لن يتعرف على "صوت اليمامة" المعصوبة العينين في أعماقه

(نش٢: ١٢). المكوث هناك بثبات، في صمت بدون تفكير، مع توقُّف كل الأصوات الأخرى: "إِنَّكُمْ إِنْ ثَبَتُّمْ فِي كلاَمِي فَبِالْحَقِيقَةِ تَكُونُونَ تلاَمِيذِي، وَتَعْرِفُونَ الْحَقَّ وَالْحَقُّ يُحَرِّرُكُمْ" (يو٨: ٣١)؛ أن نبقى لفترة طويلة في كلمة واحدة، ثم التالية، وأخيرًا في كل الصلاة -عندئذ ستحمل الصلاة ثمارًا عديدة و "إِنْ ثَبَتَ كلاَمِي فِيكُمْ تَطْلُبُونَ مَا تُرِيدُونَ فَيَكُونُ لَكُمْ" (يو١٥: ٧).

هذا الاتحاد، الحميمي والخصب كالكرمة وأغصانها، والمُصاغ بالكلمة، يمد جذوره ويستند باستمرار على المعطيات الموضوعية للتقليد لكي يتلقى تأكيدهم للحقيقة ومعاييرهم. ها هي العديد من النقاط الرئيسية لكي نبدأ تأملنا الشخصي.

(أ) "ياربي"

في مرحلة الحمل البطيئة هذه، نكتشف من أول كلمة أن صلاة يسوع لا يمكن أن تكون نتاج خيالاتنا، ولكنها فقط، مثلما كانت مريم، هي النموذج الأصلي للطريق، هي ثمرة أعماقنا المباركة مخصبة بالروح القدس. "يسوع ربٌّ" هو إعلان، وليس مفهومًا بشريًا (رو١٠: ٩). إنه الاسم الذي يعلن تمامًا سر المسيح، ابن الإنسان، المنحدر من البشرية، وابن الله، المنحدر من الله. وربط الاثنين يحدث فينا عندما، نُفتَقَد بنعمة روح الله، فتكون شفاهنا البشرية، وعقلنا، وقلبنا قادرين على قول أن يسوع هو "رب". بالفعل، "لَيْسَ أَحَدٌ يَقْدِرُ أَنْ يَقُولَ: «يَسُوعُ رَبٌّ» إِلاَّ بِالرُّوحِ الْقُدُسِ" (١كو١٢: ٣). ولهذا، إنها أكثر من مجرد مصطلح أو نوع من الصلاة: صلاة يسوع هي فعل نبوي وسياسي. "نبوي" لأن في قول "رب" نكون ملهمين كما كان الأنبياء ملهمين بالروح القدس، و"سياسي" لأننا ندخل إلى قراءة جديدة للتاريخ بشكل جذري. هذان البعدان

يعيشان فينا، وعندما ندخل إلى سيادة يسوع، نصبح أبناءً معه من خلال النعمة.

وبهذا المعنى، تصير صلاة يسوع فعلاً، ولكن كلمة "رب" هي فاتحتها التي بدونها لا نستطيع الدخول إلى حد أبعد. وقبل اختراق قدس الأقداس الذي هو اسم يسوع، يجب أن نخلع أحذيتنا، كما فعل موسى أمام العليقة المشتعلة، ونتجنب صغر النفس (خر٣: ٣-٥).

قبل كل شيء، هذه أسمى علاقة فريدة وذات امتياز! إذا كان يسوع هو ربٌّ، فلا شيء يحيا خارجًا عنه وكل الأشياء فيه، بدون استثناء (كو١: ١٦-١٧). إذا كان هو بالحقيقة "ربٌّ" لي، أوافق تباعًا أن أدخل معه في علاقة اعتماد مطلق وغير مشروط. وأقبل نفسي منه في كل لحظة مثل الهواء الذي أتنفسه، ولا يمكنني عمل أي شيء من نفسي أو تحت دوافع أخرى بدون خيانته. فهو الذي مصدر حياتي، وحياتي هي ملكوته حيث أنه، الرب، له كل الصلاحيات. ولهذا لا شيء فيّ غير معروف له، كل شيء فيّ هو "منه، وبه، وفيه".

إن كل أهواء القلب وأصالة صلاتنا هي معروضة ومؤكدة هنا. كم عدد الأرباب الأخر الموجودين في حياتنا؟ أين هي أولوياتنا المستترة، وماذا يغذينا ويحيينا؟ "حَيْثُ يَكُونُ كَنْزُكَ هُنَاكَ يَكُونُ قَلْبُكَ أَيْضًا" (مت٦: ٢١)؛ هذه هي العبارة التي قد تكون قاسية ولكنها ضرورية لكي تخرجنا من أوهامنا إذا لم يكن يسوع هي رب حياتنا.

كل شيء يبدأ بهذا الاختبار، مثلما كان مع إبراهيم، سنكتشف ما هو "إسحاقنا" الذي نحبه بشدة، حتى نقدمه إلى الله ونصير أحرارًا من كل ما نعتمد عليه (تك٢٢: ١-١٩). لقد مات إبراهيم حقًا يوم تقديم "ذبيحته"، ولكنه أيضًا في هذا اليوم عاد إلى الحياة وصار "أبًا لكل المؤمنين".

أن تقول عن يسوع إنه "ربٌ" هو موتٌ لنا. يجب أن نموت لكل ما ليس هو الرب والذي يشغل مكانه في قلوبنا بشكل غير صحيح. إن المسيحيين الأوائل، الذين هم معيارنا، لم يترددوا كمستحقين أن يكونوا "أولادًا لإبراهيم" ليسيروا كل الطريق. إن كلمة "الرب" محجوزة فقط لأجل يهوه بواسطة اليهود، ولأجل الإمبراطور بواسطة الرومان. أن يضع أحد فوقه أي شخص آخر يعني إدانته بالموت. وهكذا بدأت ثلاثة قرون من الاستشهاد. وكل الذين طلبوا المعمودية باسم يسوع وعرفوه كربٍ أُضطهِدوا. لقد وافقوا، بل وبسعادة، أن يعانوا ويموتوا لأجله. هذه هي أساساتنا، أساسات الكنيسة، وأساسات كل مسيحي بشكل خاص. إن الفعل الذي يجعل صلاة يسوع تنفتح هو معياري على مدار القرون: إنه قرار يبلغ أوجه (ذروته) في معمودية الدم. أعرف اليوم أنه، في قول أن يسوع "رب" أنني سأموت لأجله. يقول القديس بولس "أموت كل يوم" لأن "لي الحياة هي المسيح" (١كو١٥: ٣١ و في١: ٢١).

إنه قرار حياة أو موت في أساس فعل الصلاة، قرار يعطي الصلاة شكلها. فنحن ندخل إليها بدون تحفظ في اتضاع هائل، بدون ظل انتصار أو معرفة متكبرة. إن كياننا كله يطرح نفسه داخليًا أمام الاسم القدوس، برأفة وعشق، ولكن أيضًا مع ارتعاد مقدس، مثل الذي كان لليهود عندما كانوا ينطقوا باسم يهوه المهيب.

هذا الاتضاع هو الأعظم من كل شيء لأنه يعطي الإمكانية "للرب" أن يعمل بقوة وأن يهز إمبراطورية كل الآلهة الزائفة داخلنا وحولنا. إن إنكار أن الإمبراطور كان "ربًا" كان فعلاً سياسيًا. إنه نفس الأمر اليوم، وربما أكثر: في قلب المجتمع المستهلك، نؤكد أن لا شيء ولا واحد خارج الرب يسوع يمكن أن يشبع جوعنا، الذي هو جوع إلى الله. ومن هذا المنظور، فإن كل السياسات

التي لا تسعى إلى غرضها في البعد الروحي هي أفيون للناس. إن أحد أكثر الأفعال استثنائية التي وضعها يسوع كـ"رب" في التاريخ؛ هي غسل أقدام تلاميذه. "أَنْتُمْ تَدْعُونَنِي مُعَلِّمًا وَسَيِّدًا وَحَسَنًا تَقُولُونَ لأَنِّي أَنَا كَذلِكَ. فَإِنْ كُنْتُ وَأَنَا السَّيِّدُ وَالْمُعَلِّمُ قَدْ غَسَلْتُ أَرْجُلَكُمْ فَأَنْتُمْ يَجِبُ عَلَيْكُمْ أَنْ يَغْسِلَ بَعْضُكُمْ أَرْجُلَ بَعْضٍ" (يو١٣: ١٣-١٤). تصبح سيادة يسوع فأسًا على أصل كل الأنظمة وكل سلطة، عند أصل كل نظام مؤسس أو فوضوي، كذلك على كل وجود فردي لا ينزل على ركبه أمام البشرية لخدمتها (مت٢٥: ٣١-٤٦).

(٢) "يسوع"

هكذا، يقف يسوع في التاريخ ويجعله ينفتح إلى سموه الذاتي. فمنذ أن أتى يسوع، والتاريخ هو هيكل لحضوره السري؛ ومن ثم فقط، يجد التاريخ معنى، وأخيرًا يصبح تاريخًا، محققًا نفسه بيسوع، "محرِّر العالم". هذا هو المحتوى الإتيمولوجي المعرفي (دراسة أصل الكلمة) لكلمة "يسوع" نفسها، والتي تعني "مخلص"، "تحرير"، "خلاص". لقد أعلن الأنبياء عنه كمن حمل على نفسه كل آلامنا، لأن فيه "الله معنا"، عمانوئيل (إش٥٣ و٧: ١٤؛ مت١: ٢٣). ولهذا السبب فإن هذا الاسم هو "اسْمًا فَوْقَ كُلِّ اسْمٍ، لِكَيْ تَجْثُوَ بِاسْمِ يَسُوعَ كُلُّ رُكْبَةٍ مِمَّنْ فِي السَّمَاءِ وَمَنْ عَلَى الأَرْضِ وَمَنْ تَحْتَ الأَرْضِ" (في٢: ٩-١٠).

في عيد الميلاد، يدخل الله إلى التاريخ من خلال رجل يسمّى يسوع، في وقت محدد منذ ألفي عام مضت، وفي مدينة معينة، هي بيت لحم اليهودية. ومن زمن الصعود وحلول الروح القدس، الله حاضرٌ من خلال يسوع هذا نفسه في كل التاريخ، في قلوب كل الشعوب، في كل الأزمنة وفي كل المدن: "أَنَا الأَلِفُ وَالْيَاءُ، الْبِدَايَةُ وَالنِّهَايَةُ، الأَوَّلُ وَالآخِرُ" (رؤ٢٢: ١٣). في تسميته، نجد أنفسنا في النقطة

البرّاقة لكل هذه الموجودات ولكل تحوّل من خلال يسوع، مركزنا ومركز الكون. ولكن لكي نحصل على يسوع يعني أولاً أن نسمع هذا السؤال: "من تقول إني أنا؟" (مت١٦: ١٥). وحياتنا التي تتلعثم بالإجابة دائمًا تعود إلى الإنجيل حيث يسوع التاريخي يكشف لنا طرق الله. فهو يخبرنا، "تعلموا مني" (مت١١: ٢٩). ومعرفته من خلال الألفة الطويلة بالإنجيل تسمح لنا أن نتعرف عليه داخلنا، وفي الحميمية وجهًا لوجه التي لا يمكن لتعليم آخر أن يحل محلها. فالخبرة الشخصية فقط ستخبرنا من هو يسوع حقًا. وإذ تصبح هذه المعرفة اهتمام حياتنا الأسمى، فوق مشاكلنا وحتى خطايانا، سيستولي علينا بالكامل جمال يسوع وسيكون هو سر تحوُّلنا.

فمن ثَمَّ، تصبح معرفته هي أن نولد من جديد نحو مستويات غير معروفة للوعي، أن نُشفى من كل شرورنا، حتى وإن بقينا مصابين بندبات السقوط؛ هي أيضًا أن تهرب إليه كل الأرواح التي تحت السماء، أن تُسحَب بعيدًا عن الخطر والموت. فليست هناك مشكلة أو قلق لا يجدان إجابة فيه: فيسوع لم ينقذنا مرة وبشكل نهائي، ولكن ينقذنا في كل لحظة. نحن لن نكون بمفردنا، وكل شيء يمكنه أن يجد الشفافية والنور فيه. ذلك يحدث حيث يبدأ تحوُّل العالم في قلب البشر. فالمجتمع هو بعدٌ شخصي: إذ سيصبح الآخر أخًا أو أختًا وسرًا مقدسًا للحضور الإلهي إن لم تكن صلاتنا مجرد دخان متظاهر بالتقوى.

ولكن لو كان حقًا أن لا أحد يمكن أن يقول أن يسوع ربٌ إلا بالروح القدس، لا يمكن لأحد أن يعرفه إلا به، ونحن نتعلم طرق الله من خلال فعل يسوع في داخلنا وفعل الروح فقط. فأن نقول "يسوع" في الصلاة هو أن نقبل، كما فعل هو، مسحة الروح التي تحل بقوة فوقنا لكي ترشدنا إلى كل الحق (يو١٦:

١٣). إن الروح يعلمنا عن يسوع لأن يسوع هو المسيح، القدوس الممسوح بالروح (أع١٠: ٣٨).

(٣) "يسوع المسيح"

بعد ثلاثين سنة من الصمت، عندما تكلم يسوع لأول مرة علنًا بينما كانت "كل العيون شاخصة إليه" مملوءة من الانتظار الطويل، كانت أول الكلمات التي فاه بها: "رُوحُ الرَّبِّ عَلَيَّ" (لو٤: ١٨). ومن ثم "جَاءَ مِلْءُ الزَّمَانِ" (غل٤: ٤). في يسوع يظهر أمل المساكين الذين بحثوا لآلاف السنين من العهد القديم لتسمية هذه القوة غير المسماة التي تحيي كل شيء: "الريح، نفخة الحياة". هنا لا يوجد عائق ولا رفض في يسوع، كاشفًا أخيرًا عن وجهه الحقيقي في مجيء المسيح. ومن خلال نظرته، وإيماءاته، وكلماته، وحياة يسوع ونشوه بالكامل، ينتشر إعصارًا يضع الماضي في كمال النور وينفتح على عصر مختلف جذريًا. هذه القوة، وهذه النفخة من الآن فصاعدًا تسمى: روح الرب يسوع! حتى ذلك الحين، لم يحوز أحدٌ الروح كما فعل هو، "فوق كل قياس" (يو٣: ٣٤)، ولكن الآن كل شخص مدعوّ ليحيا في نفس تلك الشفافية (يو٣: ٥). من اللحظة الأولى التي سكن فيها الروح يسوع،[٢] ومن صدر أمه التي "قُوَّةُ الْعَلِيِّ سَتُظَلِّلُها" (لو١: ٣٥) وإلى قيامته، تتحرك حياته كلها تحت إرشاد الروح. أثناء معموديته في نهر الأردن، يكشف الروح للعالم أن هذا هو يسوع، المسيا الموعود به (لو٣: ٢٢)، الحمل المقدم ذبيحة لأجل خطايانا (يو١: ٢٩) والابن الحبيب للآب (مر١: ١١). وعندئذ، "المملوء من الروح القدس"، يسوع، اُقتيد إلى البرية (لو٤: ١). يبدأ إرساليته: تحت هذا الباعث القوي، يتحدى الشيطان،

[٢] الحديث ههنا يستخدم لغة تجسديّة يُعَبِّر عنها بمفردات الزمن ومفردات إنسانيّة كالروح. (الناشر)

ويحرر ضحاياه (مت١٢: ٢٨)، ويسافر عبر القرى، عاملاً المعجزات، قاهرًا الشر والموت، متكلمًا "بسلطان"، مظهرًا في كل مكان الألفة غير العادية مع الله أباه ويميط اللثام عن طريقة وجوده. إنه أيضًا في الروح "تهلل" (لو١٠: ٢١)، وبه "انْزَعَجَ بِالرُّوحِ وَاضْطَرَبَ" (يو١١: ٣٣). وأخيرًا، في لحظة موته، "أسلم روحه" (يو١٩: ٣٠)، التي هي مستهل انسكاب الروح على البشرية.

ما هي طرق الرب المختفية وراء أفعال وإيماءات يسوع، وماذا تعلن؟ الحرية! اسمه -المخلص، المحرر- ورسالته متمازجة: "رُوحُ الرَّبِّ عَلَيَّ لأَنَّهُ مَسَحَنِي لأُبَشِّرَ الْمَسَاكِينَ أَرْسَلَنِي لأَشْفِيَ الْمُنْكَسِرِي الْقُلُوبِ لأُنَادِيَ لِلْمَأْسُورِينَ بِالإِطْلاَقِ وَلِلْعُمْيِ بِالْبَصَرِ وَأُرْسِلَ الْمُنْسَحِقِينَ فِي الْحُرِّيَّةِ..." (لو٤: ١٨). لأنه "حَيْثُ رُوحُ الرَّبِّ هُنَاكَ حُرِّيَّةٌ" (٢كو٣: ١٧)، ويعلن يسوع هذا فقط للذي يحوزونه أيضًا.

إن أُفُقه صافية جدًا حتى أنه يحيّر كل الخُطط المؤكَّدة، وكل الحسابات المنطقية والمتحفظة. في هذا العالم، حيث يبني الأقوى ويراكم فوق سلطاته لكي يسحق الصغار بشكل أفضل ويطرحهم جانبًا، وتعلن حريته: "طوبى للمساكين بالروح، وللودعاء، وللذين يجوعون ويعطشون إلى البر" (مت٥: ١-١١). في الديانات، حيث أن القادة أنفسهم "مرائين وكذابين" (مت٢٣)، يضع يسوع المحبة فوق كل شيء آخر، لأن الحرية هي ابنة المحبة. ولكن امتلاء الحرية هو في حب الفرد لأعدائه: "سَمِعْتُمْ أَنَّهُ قِيلَ: تُحِبُّ قَرِيبَكَ وَتُبْغِضُ عَدُوَّكَ. وَأَمَّا أَنَا فَأَقُولُ لَكُمْ: أَحِبُّوا أَعْدَاءَكُمْ. بَارِكُوا لاَعِنِيكُمْ. أَحْسِنُوا إِلَى مُبْغِضِيكُمْ وَصَلُّوا لأَجْلِ الَّذِينَ يُسِيئُونَ إِلَيْكُمْ وَيَطْرُدُونَكُمْ، لِكَيْ تَكُونُوا أَبْنَاءَ أَبِيكُمُ الَّذِي فِي السَّمَاوَاتِ" (مت٥: ٤٣-٤٥). إن حرية الغفران المذهلة هذه، وهذا الحب الجامح سيقوده إلى الصليب، ولكنه سيتقبل موته في فعل

حرية أسمى من أي شيء آخر. حقًا "اخْتَارَ اللهُ جُهَّالَ الْعَالَمِ لِيُخْزِيَ الْحُكَمَاءَ" (١كو١: ٢٧).

هذا الانقلاب الجذري يجعل حرية الروح تتفجر طوال حياة يسوع، الذي بطريقة ما يفتتح طريقًا جديدًا للوجود ومفهومًا جديدًا بالكامل للبشرية.

إن استقلال يسوع هو مطلق. فهو يصقل بثبات وعي حاشيته المشلولة بالقوانين والمؤسسات. هو معلم متجول، بدون مال، "وَلَيْسَ لَهُ أَيْنَ يُسْنِدُ رَأْسَهُ" (مت٨: ٢٠)، متمتعًا بالحشود السعيدة ورفقة الخطاة (مت٩: ٩-١١)، متحررًا من كل القيود، فاكًا سلاسل الملكية والمنفعة الشخصية.

يمر خلال أبنية الواجبات والالتزامات المعقدة بدون عائق وفي حرية كالريح. يتحدى يسوع العبودية على كافة مستوياتها. فبالنسبة له، إذا أصبح المال عبودية، فيجب أن أرفضه (مت٦: ٢٤). وإذا منعت اليد أو العين شخصًا عن حريته، يجب أن ينزعها عنه (مت٥: ٢٩-٣٠). وبالرغم من بقائه مع أمه حتى البلوغ، يبدو أنه يُساءل أهمية روابط الدم في مقابل الشركة الجديدة المتجمعة حول الكلمة (مت١٢: ٤٦-٥٠). لقد رفض كل المتطلبات الخارجية غير المشروطة التي تكمّم الروح (مر٢: ٢٧)، حتى واجب التخلق بخلق حسن، لأن الله يقبلنا كما نحن ومحبته لا تعتمد على صلاحنا (مت٥: ٤٥). وعلاوة على ذلك، تختفي الاستحقاقات نفسها في عينيه، لأن الله يعمل بما له هو كاختياره (مت٢٠: ١٥) ولا يطلب راتبًا أو دستورًا يكافئ ويدين على أساسه.

هذا الشكل من الحرية هو وعيد لكل القواعد والنظم الدينية مهما كانت. فيسوع أحرق الناموس القديم[٣] ورفع ناموس المحبة. وبالتالي فإن "غَايَةَ

[٣] اللّغة هناك حديّة في التعامل مع الناموس؛ فالمسيح جاء ليعيد المعنى المفقود للناموس ويكمل مسيرته ليصل إلى ميناء المحبّة. (الناشر)

النَّامُوسِ هِيَ: الْمَسِيحُ" (رو١٠: ٤) كما أنه غاية الديانة. "إن الدين ضروري عندما يوجد حائط يفصل بين الله والإنسان. ولكن المسيح، الذي هو إله وإنسان معًا، هدم الحائط الذي يفصل بينهما. لقد جلب حياة جديدة، وليس دين جديد". فإذا كان بتجسده أصبح الله واحدًا مع البشرية، فماذا هناك "لإعادة الرابطة"؟ "فالخطية هي عندما نفتكر عن الله في حدود الدين، ذلك، عندما نضعه في مناقضة للحياة". هذا بالضبط هو التحدي المنصوب بصلاة يسوع، خالقًا ساجدين حقيقيين الذين "يَسْجُدُونَ لِلآبِ بِالرُّوحِ وَالْحَقِّ لأَنَّ الآبَ طَالِبٌ مِثْلَ هَؤُلاَءِ السَّاجِدِينَ لَهُ" (يو٤: ٢٣).

ولكن في حياة يسوع، يبلغ كل شيء قمته أخيرًا في الهزيمة الساحقة غير العادية والتجديد الجذري الذي تقدمه قيامته. فما يُرى هنا هو مستقبلٌ للبشرية، وحرية مدهشة: حرية، ليست فقط من جور العالم أو طوارئ الحياة اليومية، ولكن من قوة الموت الحاضر في قلب الحياة. وبالنسبة للذين يعرفون كيف أنه في قلب الصلاة، يصبحون واعين لهذه الحقيقة الباهرة، يتلاشى عذاب المستقبل؛ لقد عَبَر الله في المسيح يسوع فوق هاوية الموت، واجتذبنا -كما الآن- في كل ابتهال، من جحيمنا نحو عملية إعادة خلق تامة للكون ولأنفسنا. إن قيامة المسيح هي الشباب الأبدي للعالم، إنه شبابنا المُعاد اكتشافه، ليس كذكرى ولكن كمستقبل. انحلال العالم قد أُبطِل، والأبدية في قلب الزمن، المعاناة والموت أُمتصَّوا بالحياة، والمعنى غير المحدود لكل الأشياء قد أُعلن في النور والإشراق اللذان ينبعان من وجه الشخص القائم. وبحسب الآباء، إن المسيح القائم مثل "فحم ساخن" مملوء بالنار الإلهية غير المخلوقة، وكل من يدخل في اتصال معه من خلال الصلاة سيكون هو أيضًا موضوعًا في النار، منطلقًا بسرعة من حدود النفس الأرضية، مطَهرًا ومتجليًا قليلاً قليلاً، مشتعلاً بمحبة الرب القائم ومستهلكًا بفرحه. وعندئذ يكون كل شيء في

أيدينا: وإذا قبلنا هذه العطية، نصير مع الابن الوحيد، "أَبْنَاءَ النُّورِ" (يو١٢: ٣٦).

(٤) "ابن الله"

إن صلاة يسوع تجعلنا ندخل إلى قدرتها الثالوثية. فأن نادي يسوع كـ"رب" و "مسيح" لا يمكن أن نعمله حقًا بدون هذا الشكل المدهش للروح الذي بالكاد صورناه بعاليه. ولكن إضافة أنه هو "ابن الله" هو الدخول إلى سر الطبيعة الإلهية: يسوع المسيح، ابن الله الوحيد، المولود من الآب قبل كل الدهور، نور من نور، إله حق من إله حق، مولود، غير مخلوق، واحد مع الآب... إن نُطْق اسم يسوع هو الشعور بشيء من هذه العلاقة الفريدة بين الآب والابن ووضْع أنفسنا في ذات قلب الآب الذي لا نعرف أكثر من كلمته الفريد الذي ينطقها من الأزل: "يسوع" (يو١: ١). هناك، في قلب الآب، نتقبل يسوع عند منبعه حيث يولد بسرية من البدء ونتقبل أنفسنا معه: إن الآب يلد الابن بلا نهاية بالطبيعة ويلدنا معه بالنعمة. إنها على نفس شاكلة البنوة،[٤] ولهذا السبب نحن مخلوقين "على صورة الله". يسوع على "شكلنا"، وبالتالي هو "بِكْرًا بَيْنَ إِخْوَةٍ كَثِيرِينَ" (رو٨: ٢٩). إن الصلاة، تجعلنا نخترق أعمق إلى وعي المسيح البنوي، وتضعنا أمام المعنى غير المحدود لوجودنا: "مَا لَمْ تَرَ عَيْنٌ وَلَمْ تَسْمَعْ أُذُنٌ وَلَمْ يَخْطُرْ عَلَى بَالِ إِنْسَانٍ: مَا أَعَدَّهُ اللهُ لِلَّذِينَ يُحِبُّونَهُ" (١كو٢: ٩؛ إش٦٤: ٣). وبالرغم من ذلك فإننا نحمل هذا الامتلاء على شفاهنا، إنه طريقنا الوحيد. هذا

[٤] إن بنوتنا للآب تعتمد على بنوّة المسيح للآب لذا فهي ممنوحة بالنعمة، إلاّ أنّ بنوّة المسيح جوهريّة في الثالوث لا تعتمد على أيّة قالب إنساني لتحققها وإبرازها، لذا فإنّ هناك فارق بين بنوتنا وبنوة الابن الوحيد ولكن بنوتنا قائمة في بنوّة المسيح. (الناشر)

"الطريق" هو يسوع نفسه، لأنه "لَيْسَ أَحَدٌ يَأْتِي إِلَى الآبِ إِلاَّ بِي" (يو١٤: ٦). من ثم، يمكن أن نفهم ويلات يسوع تجاه هؤلاء الذين يأخذون بنوّات أخرى، ومسارات أخرى كمصدر لحياتهم: "إِنْ كَانَ أَحَدٌ يَأْتِي إِلَيَّ وَلاَ يُبْغِضُ أَبَاهُ وَأُمَّهُ وَا مْرَأَتَهُ... أَنْتُمْ مِنْ أَبٍ هُوَ إِبْلِيسُ" (لو١٤: ٢٦ و يو٨: ٤٤).

نحتاج أمرًا واحدًا لكي نلاحظ خلال سيرنا في الإنجيل إلى أي مدى حضور الآب كان ثابتًا في قلب وفكر يسوع، مثلما كان اسمه مختلطًا دائمًا بكلماته، وقد عكسه كل كيانه: "اَلَّذِي رَآنِي فَقَدْ رَأَى الآبَ... أَنِّي فِي الآبِ وَالآبَ فِيَّ" (يو١٤: ٩-١١). ابتهل يسوع دائمًا باسم الله، أباه: "أبّا" -أي أبي بالآرامية- وكان هو صلاته الدائمة، مزيلاً الحجاب بعض الشيء عن هذه الحميمية التي لا يمكن تصورها.

ولكن القديس بولس يقول، الروح أيضًا يهمس دائمًا بنفس الابتهال في قلب كل شخص معمَّد: "أبّا الآب!" مرتبطًا بروحنا ليشهد أننا أولاد الله (رو٨: ١٥؛ غلا٤: ٦). ولهذا، فمن خلال "روح ابنه"، يجعل الآب منا "واحدًا في المسيح" (غلا٣: ٢٦-٢٨). بوضع الصلاة التي يقولها يسوع بثبات إلى أبيه في قلبنا، الروح يجعلنا نطابق يسوع في أعماق حياته الداخلية، إلى النقطة حيث نستطيع أن نقول لأبي يسوع: "أبانا" بوعي من الكيان الذي أحب بنفس المحبة التي بها يحيط الله ابنه الوحيد والتي تجعلنا مشابهين له (١يو٣: ١-٢). إن صلاة يسوع تدرك هنا غايتها الحقيقية، وتكشف لنا أن أعماق كياننا ينبع في كل لحظة من الآب من خلال الابن في الروح القدس. إن حياة حياتنا هو الثالوث الإلهي. وفيه نحن مُطعَّمين بشكل حيوي كنبته في ساق (رو٦: ٥).

فإذا كنا أولادًا لنفس الأب، بالتالي، نكون أيضًا بشرية من الأخوة والأخوات: "كُلُّ مَنْ يُؤْمِنُ أَنَّ يَسُوعَ هُوَ الْمَسِيحُ فَقَدْ وُلِدَ مِنَ اللهِ" (١يو٥: ١).

ولهذا السبب فإن الثمار الأولى لكوننا إلهيين هي النمو في المحبة والفرح. هنا يمكننا أن نؤكد صحة صلاتنا، ونلمس برهانًا أن تألُّهنا يتقدم تدريجيًا. لقد كان القديس يوحنا حاسمًا في هذه النقطة: "أَلْمَحَبَّةَ هِيَ مِنَ اللهِ، وَكُلُّ مَنْ يُحِبُّ فَقَدْ وُلِدَ مِنَ اللهِ وَيَعْرِفُ اللهَ. وَمَنْ لاَ يُحِبُّ لَمْ يَعْرِفِ اللهَ" (١يو٤: ٧-٨). إن المحبة هي أصل ونتيجة الحياة، أن نولَد من الله وأن نعرفه. "وَمَنْ يَثْبُتْ فِي الْمَحَبَّةِ يَثْبُتْ فِي اللهِ" (١يو٤: ١٦).

المحبة هي أن تختبر الله. فالإعلان العظيم للمسيحية هو أن هذا الاختبار غير الموصوف مقدم لكل واحد منا ويبدأ في ذات اللحظة التي فيها نقرر أن نؤمن وأن نحب، حتى قبل أي شيء نفسي نشعر به. "مَنِ اعْتَرَفَ أَنَّ يَسُوعَ هُوَ ابْنُ اللهِ، فَاللهُ يَثْبُتُ فِيهِ وَهُوَ فِي اللهِ" (١يو٤: ١٥). هذا يكون فوريًا ومدركًا بالحواس، ويكون في هذه المحبة الإلهية أننا نجد وجه الثالوث القدوس.

لأن الله ليس ثلاثة أشخاص متجاورين: فالأقانيم الثلاثة هم أنفسهم فقط بوجودهم لأجل ومن خلال الاثنين الآخرين. ثلاثتهم واحدًا بالتمام ومتمايزين بالتمام، شركة وأقانيم. وهكذا الآب هو وحده الآب في إعطاء نفسه بالتمام للابن، والابن هو وحده الابن في الوجود بالتمام للآب. إنه هو فعل ولادة الابن الذي يشكّل الآب كأقنوم. كل أقنوم هو في تبادلية كاملة مع الأقنوم الآخر. وبحسب الآباء، وخاصة القديس ديونيسيوس والقديس باسيليوس، يشترك الروح القدس في ولادة الابن، كما يشترك الابن في انبثاق الروح. كل شيء هو دائمًا واحدًا وثلاثة في نفس الوقت في قلب الحياة الإلهية.

إذا لم تقُدنا صلاة يسوع إلى ألفة مفعمة بالحيوية مع السر الذي لا يمكن للكلمات أن تعبِّر عنه، فإنها تفقد علتها في الوجود. فلا مكان آخر يمكن أن يعلمنا أن نحيا وأن نحب. المحبة هي أن تكون وأن تحيا لأجل الآخر ومن

خلال الآخر، ليس من خلال ولأجل النفس. فكل شخص، كمثل الله، موجود في إعطاء واستقبال، لأن أعماق كل كيان هو الحب، الشركة. وخارجًا عن هذه توجد ظلمة وسخف فقط. إن شخصنا الداخلي، الذي يجعلنا أناسًا حقيقيين، ينهض فقط من خلال الحب، في فعل ولادة آخرين، وفعل الولادة معهم.

لكي نحب كالثلاثة أقانيم الإلهية، يجب أن يكون الواحد نفسه مريدًا أن يكون الآخرين أنفسهم كليًا. لكي نقول "أنت!" للآخر يجب أن نجد فرحنا فيه من خلال تقدمه ومن خلال نكراننا. وذاك الذي هو حقيقي للفرد هو أيضًا حقيقي للمدن، وللأجناس، وللحضارات، وللكنائس. لا يوجد مجتمع آخر، سياسي أو اشتراكي، أكثر من حياة الثالوث الإلهي، ولا يوجد شكل أعظم للوجود يمكننا أن نناله. لأن هذه هي مشابهة الله! "لِيَكُونَ الْجَمِيعُ وَاحِدًا كَمَا أَنَّكَ أَنْتَ أَيُّهَا الآبُ فِيَّ وَأَنَا فِيكَ لِيَكُونُوا هُمْ أَيْضًا وَاحِدًا فِينَا لِيُؤْمِنَ الْعَالَمُ أَنَّكَ أَرْسَلْتَنِي. وَأَنَا قَدْ أَعْطَيْتُهُمُ الْمَجْدَ الَّذِي أَعْطَيْتَنِي لِيَكُونُوا وَاحِدًا كَمَا أَنَّنَا نَحْنُ وَاحِدٌ" (يو١٧: ٢١-٢٢).

(٥) "ارحمني، أنا الخاطئ"

هذه هي الحياة التي نطلقها على أنفسنا بشكل واضح جدًا: "أنا، الخاطئ"، وتوجد أداة التعريف بوضوح في النص اليوناني "الخاطئ". فلا نستطيع أن نقول عن أي شخص أنه خاطئ أكثر منا. نحن نواجه الله كشخص فريد، في تمزق مع بنوتنا الإلهية، مستقبلين أنفسنا من مصادر أخرى، ومغذيين أنفسنا من مكان آخر غير الله، ونجعل من مركزنا الداخلي الأعمق موضع انقسام حيث تجد كل الانقسامات في العالم أصلها. إن الانفصام العالمي الخارجي هو نتيجة انفصالنا عن الله في الداخل. وكل شيء منقسم داخلنا: عقلنا هو انقسام ذري

للأفكار والصور غير المتصلة، في تنافر عميق مع قلبنا الذي، تبعًا لذلك، يُهاجَم بالشهوات، وفي وسط هذا القنوط تتأرجح مشيئتنا بين دعوة الله وأشراك إبليس.

ولهذا، "أنا، الخاطئ" هي مقابل الانزواء الأناني على النفس: هنا يرى ضميرنا بوضوح أن المسؤولية الشخصية والجماعية غير منفصلة. لا يمكننا إغراق أنفسنا في حشد الخطاة وتبرير أنفسنا بالإشارة إلى أخطاء أي شخص آخر! "خَطِيَّتِي أَمَامِي دَائِمًا. إِلَيْكَ وَحْدَكَ أَخْطَأْتُ" (مز٥١: ٣-٤). إن كل واحدة من خطايانا لا نظير لها وتعزلنا عن الله. وهذا الاعتراف الداخلي ليس هو ذنب مزيف مخيبًا أمل الكبرياء فقط، ولكن انفتاح القلب إلى الله، وبالتالي، على الآخرين. "أنا، الخاطئ" هي دافع الاتضاع الذي يستدعي رأفة الله. يمكننا إحضار خطية العالم أمام الله لأننا قبل كل شيء أحضرنا خطيتنا الشخصية إليه.

(٦) "ارحمني"

صرخة اليأس هذه، إذا كانت تعبر حقًا عن الاعتراف بخطيتنا، تفتح حرفيًا "أحشاء" الله. يشهد الكتاب المقدس بالكامل لهذا، من بدء الخليقة إلى موت المسيح على الصليب لأجل محبة الخاطئ الذي يتوب. هذه هي قصة الخلاص. وهي فقط في هذا السياق المدهش حيث نستطيع فهم قليلاً مما تعنيه كلمة "ارحم" عندما تُحمَل بالصلاة إلى حركة الفداء ذاتها. إن الكلمة اليونانية *eleison*، والتي نترجمها "رأفة أو شفقة"، تأتي من الكلمة العبرية *hesed*، والتي تعني "رحمة": نحن بالنسبة لله "طفل عزيز". "مِنْ أَجْلِ ذَلِكَ حَنَّتْ أَحْشَائِي إِلَيْهِ. رَحْمَةً أَرْحَمُهُ يَقُولُ الرَّبُّ" (إر٣١: ٢٠). هذه الرحمة غير المتناهية هي ذات

وجه الله الذي يتمنّى أن يكشفه لنا من خلال اسمه القدوس على جبل حوريب: "إِنِّي قَدْ رَأَيْتُ مَذَلَّةَ شَعْبِي... وَسَمِعْتُ صُرَاخَهُمْ... إِنِّي عَلِمْتُ أَوْجَاعَهُمْ، فَنَزَلْتُ لِأُنْقِذَهُمْ" (خر٣: ٧-٨). إن الله يعرِّف نفسه كـ "الكائن" والذي ينقذ. وعندما سأل موسى الرأفة والغفران لشعبه، أعلن الله هوية اسمه بالرحمة: "الرَّبُّ إِلَهٌ رَحِيمٌ وَرَؤُوفٌ بَطِيءُ الْغَضَبِ وَكَثِيرُ الإِحْسَانِ وَالْوَفَاءِ" (خر٣٤: ٦).

أن نقول "ارحم" هو أن ندعو الله باسمه الحقيقي! فهي لتصل إليه، إن أمكننا القول، في عمق مركز حساسيته، في نسيجه الأمومي، لأن تلك الكلمة هي أصل كل الكلمات الأخرى وتشملهم كلهم، مثل "الرأفة"، "الكرم"، "الصلاح"، "الشفقة"،.... إن أصل كلمة *rahum* يعني "صدر أمومي" و "أحشاء"، تأتي باستمرار في كلا من العهدين القديم والجديد. في رأفته الرحيمة، يظهر الله نفسه كأب، وزوج، وأم تصرخ: "قَدِ انْقَلَبَ عَلَيَّ قَلْبِي. اضْطَرَمَتْ مَرَاحِمِي جَمِيعًا!" (هو١١: ٨). لا يقاوم الله صلاتنا لأنه قال: "بِمَرَاحِمَ عَظِيمَةٍ سَأَجْمَعُكِ" (إش٥٤: ٧). محبة الله العظيمة والتي لا يمكن تخيُّلها للشعب الذي يصلي حيث يترأف عليهم، ستُرى فقط بمجيء يسوع. إنه وجه الرحمة في شخص يأتي من "أَحْشَاءِ رَحْمَةِ إِلَهِنَا" (لو١: ٧٨) في استجابة لصلاتنا. إن المعنى البسيط لكلمة *rahum*، بحسب أندريه نيهير Andre Neher، هي غنى يصعب ترجمته وأعمق بكثير من كلمة "رحمة": "فهي تقود إلى سر الوحدة الذي هو أيضًا سر الحب... تحت مظلة زفاف أبدي لمصفوفة الحب التي تستدعيها *rahamim*، الكائنات متحدة في حضور مشترك غير منفصل". إن الكلمة بالفعل توحي بتحقيقها عندما ستصير جسدًا في يسوع المسيح، الذي فيه الله والبشرية متحدين حفي نفس المحبة. يسوع المسيح هو البداية وكمال كل شيء، "الإنسان الجديد" الذي "يجعل كل شيء جديدًا" (أف٢: ١٥؛ رؤ٢١: ٥). "إِذًا إِنْ كَانَ أَحَدٌ فِي الْمَسِيحِ فَهُوَ خَلِيقَةٌ جَدِيدَةٌ" (٢كو٥: ١٧).

لهذا السبب "ارحم" هي الصرخة التي كل المساكين، والخطاة، والبرص، والعمي، وكل صنوف المرضي والمستولي عليهم إبليس (وهي صرختي أنا المحتاج أن تُعاد خلقتي) يرسلوها نحو يسوع من بداية الإنجيل إلى نهايته! "ارحم" هي اسم يسوع الحقيقي، الشخص الذي يخلص. "إِنِّي أُشْفِقُ عَلَى الْجَمْعِ" (مت١٥: ٣٢)، لقد قالها وبالفعل، هو مملوء بالرحمة عند رؤيته للتعساء. إن الأناجيل ترينا أن أعماق يسوع تأثرت عدة مرات، مملوءًا بالمشاعر الطبيعية، كرد فعل فوري للشفقة (مت٩: ٣٦؛ مر١: ٤١، ٩: ٢٢؛ لو٧: ١٣؛ يو١١: ٣٨،...). وكيف هو نفسه يصف قلب الآب عندما رأي من بعيد عودة الابن المسرف. فقبل أن يسأله الرحمة، "استولت الرأفة" على الأب؛ وبينما الابن مازال "بعيدًا"، خاصةً روحيًا، ركض الأب للقائه، ملقيًا ذراعيه حوله، وغمره بالقبلات. وفي انفجار مدهش من الفرح، دعا الأب لاحتفال، موسيقى ورقص. هذا احتفال عرس لأنه احتفال تحالف ومصاهرة، اتحاد يُعاد اكتشافه (*rahamim*). وألبسه "أفضل حُلَّة" و "وضع خاتم في يده!" (لو١٥: ١١-٣٢). بلا شك لا يوجد نصٌ أكثر جمالاً في الأدب العالمي للبشرية من هذا النص.

في وصف قلب أبيه، يصف يسوع نفسه. وفرح الله الغامر هذا لأجل خليقته التي تتوب سيكتمل في قيامة يسوع. إن الخاطئ غُسِل في دم الصليب، ويشارك من الآن فصاعدًا في الفرح الإلهي: "اُدْخُلْ إِلَى فَرَحِ سَيِّدِكَ!" (مت٢٥: ٢١). ورغم أنه خاطئ، إلا إنه قد أُنقِذ، ولم تعد حياته كشخصٍ مدانٍ للموت، ولكنه قائمٌ من الموت. إنه عيد، موسيقى ورقص. ومن ثم، هذا التشابه لله سيعطيه نفس "الشفقة" التي "سيلبسها" (كو٣: ١٢) تبعًا لتجسد المسيح وعمله في العالم. لأنه "يَنْبَغِي لَنَا أَنْ نَضَعَ نُفُوسَنَا لأَجْلِ الإِخْوَةِ. وَأَمَّا مَنْ كَانَ لَهُ مَعِيشَةُ الْعَالَمِ، وَنَظَرَ أَخَاهُ مُحْتَاجًا، وَأَغْلَقَ أَحْشَاءَهُ عَنْهُ، فَكَيْفَ تَثْبُتُ مَحَبَّةُ اللهِ فِيهِ؟" (١يو٣: ١٦-١٧).

ستدعى المحبة فصاعدًا محبة الوحدة والتشابه: "فَكُونُوا رُحَمَاءَ كَمَا أَنَّ أَبَاكُمْ أَيْضًا رَحِيمٌ" (لو٦: ٣٦). وخارجًا عن هذا، لا يوجد "كمالٌ" أو "سعادة". إن صلاة يسوع تجد هنا تأكيد حقيقتها الأخير، حيث إشارات الأيدي ترتبط بأسر القلب. إن السر الداخلي المقدس الذي هو الصلاة يصبح سر القريب: "بِاسْمِ يَسُوعَ الْمَسِيحِ النَّاصِرِيِّ قُمْ وَامْشِ" (أع٣: ٦).

عند نهاية هذا الكتاب، نجد ما قد بدأناه، نبوءة يوئيل: "كُلَّ مَنْ يَدْعُو بِاسْمِ الرَّبِّ يَنْجُو" (يؤ٢: ٣٢). كل هؤلاء الذين يعترفون بيسوع بإدراك تام لهذه النبوة يصيرون تلاميذه، وأخوته، وأخواته ويشكلون معه جسدًا واحدًا: إنه اجتماع الشركة المسيانية معلَنة بواسطة الأنبياء، "وَكَنِيسَةِ أَبْكَارٍ مَكْتُوبِينَ فِي السَّمَاوَاتِ" (عب١٢: ٢٣)، والكنيسة. في قلب البشرية اليائسة، الكنيسة هي السر المقدس للقائم من الأموات، وهي الخميرة في الخبز ومكان الولادة الجديدة، وبينما تحترم الحرية المأساوية لكل شخص، تصلي لكي يخلص:

ياربي يسوع المسيح، ابن الله،

ارحمني، أنا الخاطئ.

مطبوعات

مؤسسة مدرسة الإسكندرية للدراسات المسيحية

السلسلة الفضية

- اللاّهوتي ومعرفة الله في فكر القديس غريغوريوس اللاّهوتي، مركز الأبحاث والترجمة [مدرسة الإسكندريّة]، ٢٠١١.
- سفر المزامير: نافذة على الحياة، كلاوس سايبولد، ترجمه د. عادل زكري، ٢٠١٥.
- التجلي، د. مارك شنوده، ٢٠١٥.
- القلب: رؤية كتابية ونسكية، نيافة أنبا هرمينا، ٢٠١٥.

السلسلة الذهبية

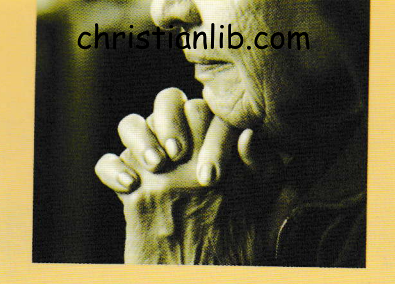
- الروح القدس للمُعلِّم اللاّهوتي السكندري ديديموس الضرير، ترجمة وتقديم أمجد رفعت، ٢٠١٣.
- إطلالات على تراث الأدب القبطي، ترجمة وتقديم د. صموئيل القس قزمان معوّض، ٢٠١٣.
- جماليات النصّ الكتابي، د. عادل زكري، ٢٠١٣ .
- خولاجي الدير الأبيض، ترجمة وتحقيق نيافة أنبا إبيفانيوس، ٢٠١٤.
- الشهادة في نصوص العهد الجديد وحياة الكنيسة الأولى، الراهب سارافيم البرموسي، ٢٠١٤.
- كيف صلى يسوع كيهودي، تيموثي جونز، تعريب (بتصرف) راهب من البرية الشرقية، ٢٠١٥.
- رسائل القديس ساويرس الأنطاكي، الرسائل (١-٥٢)، ترجمها وقدم لها الراهب جرجس الأنطوني، يناير ٢٠١٦.
- كتاب التواريخ، أبو شاكر بن الراهب، تحقيق وتقديم د. صموئيل قزمان معوَّض، ٢٠١٦.
- القديس ديونيسيوس السكندري، حياته وأعماله، دراسة وترجمة أمجد رفعت.
- صلاة القلب، الأب ألفونس وراشيل جوتمان، تعريب راهب من البرية الشرقية، ٢٠١٦.

كتب أخرى

- الأناجيل الأربعة، ترجمة الأسعد أبي الفرج هبة الله بن العسال، تحقيق وتقديم د. صموئيل القس قزمان معوّض، ٢٠١٥.
- اللاهوت الأرثوذكسي في القرن الحادي والعشرين، كاليستوس وير، ترجمه القس يوحنا عطا، ٢٠١٥.
- قاموس العبرية الكتابية المصغر، قاموس عبري - عربي للمفردات المتشابهة، عاطف المرفوض، ٢٠١٦.
- ملخص أهم قواعد اللغة القبطية (اللهجة الصعيدية)، فايز إبراهيم فايز، ٢٠١٦.

قيد النشر

- الكنيسة الأولى، قصة ظهور المسيحية منذ عصر الرسل وحتى القرن الخامس الميلادي، هنري شادويك، ترجمه القس يوحنا عطا.
- المربي، كليمندس السكندري، ترجمة مركز الأبحاث والترجمة [مدرسة الإسكندريّة].
- خلاص الرجل الغني، كليمندس السكندري، ترجمة بيشوي ماهر.
- الالتماس من أجل المسيحيين، أثيناغوراس، ترجمة مارك ألفونس.
- التاريخ الكنسي، الأنبا زكريا البليغ أسقف ميتيليني، ترجمة الأب الدكتور بولا ساويرس.
- الدفنار الصعيدي حسب مخطوط مورجان M575 ، ترجمة عن اللغة القبطية الصعيدية ودراسة نيافة أنبا مكاري والراهب كاراس البرموسي ومايكل حلمي.
- التفاسير المقدسة وصلوات الليل حسب مخطوط مورجان M574 ، ترجمة عن اللغة القبطية الصعيدية نيافة أنبا مكاري والراهب كاراس البرموسي.



سلسلة مدرسة الإسكندرية للدراسات المسيحيّة هي سلسلة من الدراسات والترجمات تلقي بالضوء على جوانب متعددة من الرسالة المسيحيّة. تتميّز تلك السلسلة بالتنوع إذ تعالج العديد من القضايا في مختلف مناحي الحياة المسيحيّة. يشارك في تلك السلسلة العديد من الدارسين والمتخصصين والمترجمين من الكنيسة القبطية من مختلف الأرجاء والأعمار والتخصصات.

إن كتاب "صلاة القلب" يمثل أملاً في استعادة بهجة ومجد الالتصاق باسم يسوع من جديد، إذ يقتفي الكاتب فيه آثار ذاك الاسم بين الأسطر الكتابية ووسط الصفحات الآبائية، محاولاً تحسُّس تضاريس خارطة حياة الكنيسة وتاريخ ارتباطها بصلاة يسوع. إلا إنه ليس كتابًا تقليديًّا تراثيًا فحسب، بل أكثر ما يميّزه هو نغمته العصرية، إذ بموضوعيةٍ، يُفسح مكانًا في يومنا للابتهال بالاسم، وبتفصيل يقدّم خطوات عملية تنتشل القارئ المعاصر من دوامته الخاصة إلى ميناء المسيح، وتضبط إيقاع حياته من جديد على وقع أنفاسه التي تلهج باسم يسوع في وجه كل موقف، وعلى وقع دقات قلبه العاشقة للثالوث. صلاتنا أن يساعد هذا الكتاب كل شخص يتوق لأن تُلامِس أنامله أهداب المسيح، أن يستعذب الاسم العذب، ومن ثم، تعود الكنيسة كلها، كجسد واحد بالفعل، تتنفَّس سويًا: "ياربي يسوع المسيح، ابن الله، ارحمني أنا الخاطئ".



Alexandria School Series for Christian Studies

ASSCS